TACHAI

Revista de los Grupos Autogestionados de Konsumo, GAK´s y La Garbancita Ecológica

INSEGURIDAD ALIMENTARIA. EL ENEMIGO EN CASA

DESTACADOS

- Crema de calabacín y Paté de berenjena.
- Vermicompostaje doméstico.
- El negocio de matar de hambre ... y de obesidad.
- Responsabilidad compartida campo-ciudad.
- La Garbancita Ecológica en su laberinto.
- Vida y vitalidad.

septiembre 2013

Número 40

3,00 €

Sumario

septiembre 2013
Número 40

TACHAI

Editorial 03

— Inseguridad alimentaria. El enemigo en casa.

Información alimentaria 04_10

Alimentos 04

— ¿Cual es el valor nutricional de los cereales?

Recetas 05_08

— Gazpacho medicinal.
— Paté de berengenas.
— Crema de calabacín.
— Goloflor crema de algarroba.

Formación alimentaria 09_14

— Día Infantil y Juvenil de Vallecas - 2013.
— Vermicompostaje doméstico.
— ¿Que es Ayurveda?.

Globalización e inseguridad alimentaria 15_18

— Carne basura barata, ¿solución o problema?.
— Stephan Schmidheiny, magnate del amianto condenado a 18 años de cárcel.
— El negocio de matar de hambre ... y de obesidad.

Diálogo campo-ciudad 19_29

— Certificación participativa campo-ciudad.
— Responsabilidad compartida. Carta a Fruitalpuntbio.
— Mirando al cielo.
— Cereza ambrunesa, la última de la temporada.
— Visita a Ekkofood. Betera-Valencia.
— La Garbancita visita al "Guadalhorce Ecológico".
— Acelgas y control de calidad.
— ¿Porqué este verano no tenemos almendras?.
— Principales intervenciones en el debate sobre responsabilidad compartida en la asamblea de La Garbancita Ecológica. 12 de mayo de 2013.
— Responsabilidad compartida Agricultores-Consumidores.

Alimentación agroecológica en acción 30_40

— Cocina responsable.
— Catering de 240 menús ecológicos para el frente cívico "Somos Mayoría".
— ¿Qué es la garbancita ecológica?.
— La Garbancita ecológica en su laberinto.
— Campaña de verano 2013.
— Asamblea de trabajador@s de la garbancita.

Cooperativismo y consumo responsable agroecológico 41

— Modos de pertenencia a la cooperativa.

Economía, sociedad y naturaleza 42_49

— Declaración Final del Congreso Internacional de Salud Medioambiental.
— Vida y vitalidad.
— Chi Kung terapeútico. Salud física y mental.

Movimientos sociales 50_55

— Jornada de Lucha en Defensa de los Convenios Colectivos.
— LA PAH fuerza la presentación del Recurso de Inconstitucionalidad de Ley de la vergüenza y denuncia el oportunismo del Partido de Rubalcaba.
— Crisis ecológica, alimentaria y democrática.

TACHAI:
Revista de los Grupos Autogestionados de Konsumo (GAKs) y La Garbancita Ecológica.
Certificado Forestal Sostenible
FSC Forest Stewardship Council A.C. FSC-SERC-0021

Contacto:
Revista: lacestabasica@lagarbancitaecologica.org
Web: www.lagarbancitaecologica.org
Telefono: 618 215 863
Fax: 91 430 43 02

Inseguridad alimentaria. El enemigo en casa

El problema, no son los deseos irracionales inducidos en nuestros niños y niñas, sino la ambigüedad y la falta de conocimientos de las personas adultas. Argumentos como "no tiene importancia, siempre que sea ocasional" "l@s niñ@s disfrutan" o "no puedo estar enfrentándome todos los días y a todas horas con todo el mundo" son expresión de nuestra pusilanimidad ante, nada menos, que la salud de nuestr@s hij@s.

-.Cumpleaños para niños: seis ideas divertidas y baratas.-

Para organizar una fiesta de cumpleaños para los niños, inolvidable y divertida, no hace falta mucho presupuesto. También es posible que el homenajeado y sus invitados disfruten con una celebración preparada de modo económico y con trucos disponibles en Internet. ...

Bolsitas de chuches. Es frecuente obsequiar a los invitados de la fiesta de cumpleaños infantil con unas golosinas al acabar la celebración. Sin embargo, para tener este detalle no es necesaria una gran inversión. Se pueden fabricar en casa unas dulces brochetas, como las que se proponen en El Arca de Glops, o elaborar unas propias chuches caseras, con la receta que detallan en el sitio web Entre Chiquitines.

Fuente: Eroski. www.consumer.es

Primer comentario (Julia)

Es una pena que Eroski no rompa, en su artículo "Cumpleaños para niños, 6 ideas divertidas y baratas", una lanza a favor de cuidar la salud de nuestros niños y niñas creando hábitos refrescantes sin recaer en los alimentos basura entre los que destacan las chuches, en lugar de ofrecer una brocheta de frutas (de temporada) a las familias. Peor me parece que les empuje a fabricar sus propias chuches en lugar de animar a hacer, con la colaboración del niño/a y sus hermanos/as un delicioso bizcocho o galletas con ingredientes naturales. Es toda una decepción seguir encontrando estos mensajes en su página cuando la obesidad, diabetes, colesterol avanzan entre nuestros niños y niñas.

Segundo comentario. Respuesta a Julia (Alicia)

Yo no creo que sea ninguna pena que una vez al año los niños puedan disfrutar, en lo personal en casa tengo dos niñas de 3 y 1 año y créeme que comemos bastante saludable no ingerimos refrescos ni harinas dulces solo frutas verduras gelatinas de vez en cuando agua natural o de frutas incluso les inculcamos el deporte en familia... Así que una vez al año no hace daño son niños no se les olvide... A mí no me parece decepcionante para nada este articulo. ;) buen día

Tercer comentario. Respuesta a Alicia (Julia)

Estimada amiga. Lamento discrepar de lo que dices. Comer un día chuches en un cumpleaños no tiene nada de inocente ni de inofensivo. Forma parte del aprendizaje de una ingesta enfermante.

La prevalencia, en edades cada vez más tempranas, de enfermedades alimentarias como la obesidad, que a su vez multiplica el riesgo de padecer otras como cáncer, diabetes, cardiopatías y enfermedades autoinmunes, es un hecho. También lo es la evidencia científica que vincula esta epidemia con el desplazamiento de la dieta mediterránea (legumbres, frutas, verduras, carne en proporciones razonables y agua) por nuevos hábitos alimentarios (exceso de carnes, grasas, sal, alimentos procesados y transformados y, en particular, azúcar refinada presente en las chuches).

Este cambio alimentario no es natural ni inocente. Está promovido por la agroindustria, su sector transformador y la gran distribución que nos atiborran de herbicidas, fungicidas, insecticidas, colorantes, conservantes, saborizantes, emulgentes, etc.

Sufrimos con la presencia cotidiana de enfermedades que nos matan o arruinan nuestra calidad de vida. Sabemos que crecen, entre otras cosas, por el empeoramiento de nuestra dieta. Sin embargo nos parece normal que, en un acto vinculado al disfrute, el juego, la comida y la socialización de nuestros niños y niñas, aparezca como algo bueno un verdadero asesino: el azúcar refinado y las sustancias de síntesis que son el único contenido de las chuches.

sigue >>>

Un acto social infantil contiene un efecto "educativo" poderoso que debemos utilizar para crear buenos hábitos alimentarios y no al contrario.

El problema, no son los deseos irracionales inducidos en nuestros niños y niñas, sino la ambigüedad y la falta de conocimientos de las personas adultas. Argumentos como "no tiene importancia, siempre que sea ocasional" "l@s niñ@s disfrutan" o "no puedo estar enfrentándome todos los días y a todas horas con todo el mundo" son expresión de nuestra pusilanimidad ante, nada menos, que la salud de nuestr@s hij@s.

Este hecho, contradictorio con el amor que sentimos por ellos, dice mucho de la construcción de nuestra propia personalidad en la sociedad consumista y domesticada por la publicidad. Elegimos voluntariamente la comida que nos mata, la cultura que nos envilece y los políticos que nos mienten. Lo sabemos, pero seguimos haciéndolo.

Las enfermedades alimentarias por exceso y toxicidad de los alimentos industrializados en el primer mundo y por el hambre en los países empobrecidos, no van a ser resueltas por las multinacionales y los políticos causantes de la inseguridad alimentaria.

La educación en la familia, debidamente coordinada con la educación en la escuela y, a ser posible, en los medios de comunicación, debe proponerse una tarea fundamental: enseñar a nuestros niños a disfrutar haciendo el bien. El bien es el conjunto de actos y deseos que permiten una vida segura, cooperativa y sostenible para todos. El mal, por el contrario es el conjunto de actos, deseos y valores que fomentan el individualismo y la competitividad causantes de las catástrofes económicas, alimentarias, ecológicas y democráticas que padecemos.

Si, desde las familias, consideramos democrático dar oportunidades a los mercados y los mercaderes que atentan contra nuestro empleo, nuestra vivienda, nuestra salud, nuestra alimentación, nuestra educación, nuestra sanidad y nuestras libertades, nos estamos equivocando mucho.

Te propongo como una actitud más razonable que, contando con la enorme presión existente a favor del veneno que suponen las chuches, no hagamos concesiones. Si no defendemos nosotros a nuestros propios hijos, ¿quién les va a defender?

No entiendo por qué ante esta crítica a Eroski sales en su defensa. Esta empresa realiza una eficiente difusión de cultura alimentaria, pero también nos propone celebrar cumpleaños de nuestros hijos con chuches.

¿Cual es el valor nutricional de los cereales?

Es habitual que la gente se informe sobre el valor nutricional de los alimentos y los consuma con la intención de aportar los nutrientes al cuerpo humano.

Me gustaría que las personas que leen este comentario reflexionen sobre los cereales que toman habitualmente para el desayuno o la cena.

Todos los que conozco son crudos con diversos tipos de molienda y distintos tipos de mezclas.

Tomo cereales para cenar desde hace unos 50 años y cuando comenzamos a elaborar pan Flor de Cereales en la panadería La Vega del Henares, me hice la siguiente pregunta, ¿esta capacitado el sistema digestivo para extraer los nutrientes de los cereales crudos?, ¿tienen los humanos dos intestinos como los rumiantes?.

Estas preguntas me pusieron en disposición de pensar como deberían elaborarse los cereales para que las personas pudieran beneficiarse de los nutrientes.

Después de un tiempo haciendo investigación conseguí un producto que probé durante un año para ver los resultados y fue tan positivo que desde hace 4 años elaboramos CEREFLOR, cereales de trigo, espelta, trigo y cacao y trigo y algarroba y los consumidores están fascinados con los resultados.

Una prueba que puede hacer cualquiera es tomar una mañana 50 g de nuestros cereales y comprobaran que quitan el apetito durante unas 8 horas y otro día tomando cereales de los normales, el apetito aparece a la hora y media, ¿cual es la diferencia? Los cereales Cereflor aportan al organismo todos los nutrientes y las células están bien alimentadas durante 8 horas en tanto que los cereales crudos no aportan nutrientes pues el estómago no esta capacitado para metabolizar el cereal y extraer los nutrientes.

El tomar Cereflor se ahorran el bocadillo de media mañana y al final consumir estos cereales producen un ahorro mensual que puede estar sobre 60 €.

La personas con problemas de eliminación de residuos intestinales, desde el primer día visitan el baño dos o tres veces y se encuentran más vitales, también dan buenos resultados para perder peso y mejorar la piel, las uñas y el pelo.

La preparación de los cereales para consumirlos es hidratarlos con leche animal o vegetal, zumos de fruta o infusiones, se puede tomar en frio o caliente; para prepararlo en frio, poner los cereales unas horas antes en un tazón con el liquido que se desee para que se hidraten, con liquido caliente se pueden preparar en el momento.

La cantidad recomendable son 50 gramos de Cereflor, que son 5 cucharadas soperas, lógicamente cada persona pondrá esta cantidad o mayor o menor según las necesidades.

Fernando Sanz Pérez, Panadería Vega del Henares.

Gazpacho medicinal

Ingredientes

- 500 gr. Tomate fresco. (4-5 medianos)
- 150 gr. Pepino (1-2 unidades)
- 75 gr. Pimiento verde. (1-2 unidades)
- 50 gr. Sandía
- 25 gr. Pan ecológico de trigo integral "EducarteSano" (1 rebanada)
- 5gr. Alga Dulse (un puñado aprox.)
- 5gr. Alga Wakame (una lamina de 2cm. x 12cm. de largo aprox.)
- Ajo negro (1-2 dientes)
- Ajo normal (1-2 dientes)
- Sal, cominos (10 granos), alcaravea (5 granos), jengibre (1 rodajita muy pequeña) y cúrcuma (una cucharada de las pequeñitas)
- Vinagre de sidra Yuca, aceite de oliva virgen extra y agua

Preparación

1. En un poco de agua se dejan en remojo las algas durante 15 minutos.
2. Se introduce el pan desmenuzado en la procesadora de cocina (trituradora) o vaso de turmix junto con el agua de las algas remojadas.
3. Se lavan meticulosamente los tomates, pepinos, el pimiento verde, la sandía y se quitan las partes no comestibles (¡ojo! la piel de los vegetales ecológicos no se quita o se quita parcialmente).
4. Pelamos los ajos y quitamos la piel al jengibre.
5. Introducimos los vegetales, la sandia y el resto de ingredientes en la turmix junto con uno o dos vasos de agua y trituramos bien hasta que quede bien pasado todo.

Apuntes nutricionales, aducación alimentaria y otras recomendaciones

Como bien indica el nombre del plato, este gazpacho es una comida potencialmente medicinal ya sea para prevenir enfermedades, ayudar a curarlas o aliviar a corto plazo ciertas molestias gracias a los ingredientes que contiene. Por una parte, tenemos la sandía y los vegetales naturales, frescos y de temporada empleados de toda la vida en el gazpacho, con su piel (aportarán más fibra y oligoelementos) en los que las vitaminas y minerales están bien presentes. Por otra parte, introducimos el alga dulse y la wakame con su alta concentración en sales minerales (hierro, calcio, yodo, potasio, magnesio...), apreciable contenido en proteínas de fácil digeribilidad y alta calidad, así como un aporte de ácidos grasos polinsaturados (grasas beneficiosas-Omega 3).

También empleamos el ajo normal que, tomado en crudo, es uno de los alimentos más potentes para la salud humana. Los componentes activos del ajo son los aminoácidos (ácido glutámico, arginina, ácido aspártico, leucina, lisina, valina), minerales (principalmente potasio, manganeso, calcio, fósforo y, en cantidades menores, magnesio, selenio, sodio, hierro, zinc y cobre), y vitaminas (vitamina B6, también C y, en menores cantidades, ácido fólico, pantoténico y niacina). Todas estas propiedades están basadas, sobre todo, en los componentes sulfurados que contiene (alicina, alil sulfidos y dialil sulfidos). Si además incorporamos el ajo negro, multiplicaremos la acción medicinal cuantitativamente y cualitativamente sobre el organismo, como bien explica el artículo que podemos leer en la revista Tachai 39 o en la web (*http://www.lagarbancitaecologica.org/garbancita/index.php/alimentos/1455-ajo-negro-ajo-dulce-ajo-medicinal*), .

Igualmente debe destacarse el pan integral y ecológico educartesano (del cual ya se ha hablado en otras ediciones de la revista y en la web de la garbancita (*http://www.lagarbancitaecologica.org/garbancita/index.php/hablan-agricultores-y-consumidores/110-educartesano-pan-iecoilogico-autoempleo-y-participacion-social-en-el-terreno-de-la-alimentacion*), hecho con levadura madre lo que implica una gran diferencia respecto al pan blanco normal y que, consecuentemente, conlleva una abismal diferencia en nutrientes saludables.

Por último ponemos vinagre de sidra, con alta concentración en minerales entre los que destaca el potasio que promueve la renovación de las células, limpia al cuerpo de bacterias y virus y ayuda a eliminar el colesterol malo. Y el aceite de oliva virgen extra (que decir de este zumo de aceitunas también llamado como el oro líquido de las comidas).

sigue

Igualmente debemos recalcar las buenas propiedades para el aparato digestivo del comino, la alcaravea y el jengibre del que también podemos decir que es un estimulante ideal y ayuda en el alivio del dolor de la artritis, el dolor muscular o en el dolor menstrual. De la cúrcuma solamente decir que es otra maravilla medicinal para nuestro cuerpo a la que ya se ha dedicado espacio en esta revista (http://www.lagarbancitaecologica.org/garbancita/index.php/alimentos/1031-curcuma-una-especia-para-usar-cada-dia).

Como anteriormente se ha dicho, es recomendable triturar el tomate y el pepino con su piel para aprovechar las propiedades de ésta. Aunque el producto final nos resulte menos fino y atractivo, ganaremos en salud y nos obligará a masticar un poco el gazpacho, lo que hará que lo comamos más despacio y lo mezclemos mejor con nuestra saliva. Esto producirá una mejor digestión, asimilación de nutrientes y una aparición menor de acidez o pesadez de estómago posteriormente.

Roberto Mora.

Paté de berengenas

Ingredientes

- 1 kg. de berenjenas
- 50 grs. semillas de sésamo
- 50 grs. aceite de oliva virgen extra
- el zumo de un limón
- 1 cucharadita de azúcar morena o de sirope de ágave
- 1 cucharadita rasa de comino molido
- 1 diente de ajo (2 si son pequeños)
- Para decoración:
- 1 pizca de pimentón, semillas de sésamo y aceite de oliva

Preparación

Partir por la mitad en sentido longitudinal las berenjenas, hacer cortes en la pulpa y poner a asar, también se pueden hacer al vapor .

Cuando estén blandas, retirar la pulpa con una cuchara y poner en el vaso de la batidora. Echar el resto de los ingredientes: las semillas, el aceite, el zumo, el ágave, el comino y el ajo. Triturar bien y poner en un cuenco. Espolvorear por encima el pimentón, algunas semillas de sésamo y unas gotas de aceite de oliva.

Fuente: Receta sacada del blog "Las recetas de Laurita"

Apunte dietético

La berenjena tiene propiedades dexintosicantes. Por un lado, ayuda al organismo a eliminar toxinas mediante una suave acción diurética gracias a su contenido en potasio, por otro es un alimento laxante que reeduca al intestino perezoso. Mejora la circulación, baja el colesterol y ayuda a prevenir la arterioesclerosis. Su consumo regular rebaja también los niveles de glucosa. Es preventiva del cáncer de estómago al inhibir el crecimiento de células tumorales en ese órgano. Su aporte de vitaminas es menor que el de otras hortalizas pero posee vitaminas C, A, B y B2.

Las semillas de sésamo son ricas en grasas insaturadas y poseen proteínas vegetales. Aportan buena cantidad de vitamina E y del grupo B que ayuda al funcionamiento del sistema nervioso. Contienen minerales como fósforo, hierro y magnesio, pero su mayor riqueza es el calcio que las hacen ideales para el periodo de crecimiento infantil y la menopausia.

L.C.M.

Crema de calabacín

Ingredientes

- 2 calabacines
- 1 cebolla
- 2 patatas
- 1 pimiento verde
- agua
- sal
- aceite

Propiedades del calabacín

Ideal en dietas de adelgazamiento (estimula la eliminación de líquidos y resuelve problemas de estreñimiento). Además mantiene la flora y mucosa intestinal sanas.

Preparación

Se trocea el calabacín (si es tierno, con piel), la cebolla, la patata y el pimiento. Se pone a cocer el agua hirviendo y la sal y se le añade un chorro de aceite. Se deja cocer durante 20 minutos y se pasa por el pasapuré o batidora.

Beneficios

- Favorece la absorción de hierro en los alimentos.
- Favorece la eliminación de líquidos.
- Fortalecen el sistema inmunitario.
- Ayudan en los problemas de estreñimiento.
- Desinflama y suaviza las mucosas del aparato digestivo.

L.C.M.

Fuente: María José Murillo León (La Ortiga) Sevilla
En FACPE (Federeación Andaluza de Consumidores y Productores Ecológicos).

Goloflor crema de algarroba

Flor de Cereales continua investigando nuevos alimentos con un alto nivel nutricional, sin sustancias químicas y con un delicioso sabor.

Goloflor es una crema elaborada con harina de algarroba, miel, mantequilla y nueces, todos los productos certificados ecológicos.

En la elaboración se ha elevado la temperatura del producto a 70ºC para eliminar cualquier microbio patógeno.

El contenido nutricional es: proteínas, vitaminas, hidratos, grasas y resaltamos especialmente el hierro y el calcio.

Es un alimento recomendable para todo tipo de personas y edades, especialmente recomendable para personas con anemia y transtornos intestinales y estomacales, regula el tracto intestinal.

En tarrinas de 80g, 250g y 500g. En verano recomendamos guardarlo en el frigorifico, aunque no es imprescindible.

Se puede consumir como parte del desayuno, postre en las comidas, entre horas y como cena completa.

Las personas que lo consumen se sienten más vitales y alegres.

Panadería La Vega del Henares.

Día Infantil y Juvenil de Vallecas - 2013

La Garbancita Ecológica colabora, por cuarto año consecutivo, el 8 de junio, en el Día Infantil y Juvenil de Vallecas. Miles de niñ@s participan durante toda la mañana del sábado en más de treinta espacios diferentes a lo largo y ancho de la calle Payaso Fofó.

Desde las 11 de la mañana, una fila de pequeñ@s y mayores esperaban turno para tomar parte en nuestroTaller "Tutifruti de Relevos". Niñ@s y adolescentes entre 3 y 12 años cooperaban para completar una pirámide vacía con imágenes de alimentos, afectos y ejercicio físico, después de recorrer un circuito de obstáculos consistente en encestar una pelota, saltar como un canguro, pasar por un túnel y terminar con un zigzag de conos. Una propuesta divertida y saludable de La Garbancita para el día infantil y juvenil de Vallecas.

L@s niñ@s muy atent@s a las explicaciones de David

Instrucciones del juego

Formación alimentaria

Vermicompostaje doméstico

El compost es producto de la descomposición de la materia orgánica por los organismos descomponedores (bacterias y hongos). En la obtención del vermicompost, interviene además la acción de las lombrices, que ingieren la materia orgánica y excretan hasta el 70% del material digerido, el cual tiene grandes propiedades como hábitat para los organismos presentes en el suelo, es el llamado vermicompost.

Madrid produce alrededor de 3000 toneladas diarias de desperdicios. Ante este escalofriante dato, es obvio que la respuesta de ciudadanos y administraciones es muy necesaria. La gestión eficaz de los residuos reciclables puede reducir notablemente la cantidad de basura "definitiva" que genera una familia. Casi cualquier desperdicio es susceptible de ser reciclado o reutilizado: plásticos, vidrio y papel, pero también residuos electrónicos, aceites, baterías, metales, etc. Son precisamente los residuos orgánicos, los que no pueden ser aprovechados por las plantas de reciclaje. Sin embargo, gracias al compostaje, podemos reducir también la cantidad de residuos orgánicos que tiramos a la basura, además de obtener abono de gran calidad. Una de las formas de conseguirlo, cada vez más extendida por lo sencillo que resulta de realizar en casa, es el vermicompostaje doméstico.

El compost es producto de la descomposición de la materia orgánica por los organismos descomponedores (bacterias y hongos). En la obtención del vermicompost, interviene además la acción de las lombrices, que ingieren la materia orgánica y excretan hasta el 70% del material digerido, el cual tiene grandes propiedades como hábitat para los organismos presentes en el suelo, es el llamado vermicompost.

Para vermicompostar en casa, solo necesitamos un pequeño espacio en un balcón, terraza, o tendedero, protegido de la insolación directa y la lluvia, un vermicompostador (o vermicompostera), y por supuesto lombrices.

Las lombrices

La lombriz roja californiana (Eisenia foetida) es la especie más utilizada por su alta voracidad (en condiciones óptimas es capaz de ingerir diariamente una cantidad de materia orgánica igual a su peso) y por su buena tolerancia frente a variaciones térmicas o de humedad. Además son capaces de colonizar rápidamente en sustratos con restos orgánicos, gracias a su alta tasa reproductora. Con una población de un centenar de lombrices es suficiente para empezar, en unos pocos meses habrán doblado su número, y en aproximadamente un año, si las condiciones han sido buenas, la población habrá aumentado hasta autorregularse en función del tamaño del compostador.

El compostador

Los compostadores domésticos están compuestos por una serie de recipientes apilables, cuya base está perforada para permitir el paso de las lombrices. En la parte superior se sitúa la tapa, y en la inferior la bandeja de lixiviados, provista de un grifo para recoger los líquidos residuales, si los hubiera, por un exceso de humedad. Este líquido, puede ser también utilizado como abono, diluido en agua: tres partes de agua por cada parte de líquido lixiviado.

El funcionamiento del compostador es muy simple, y ponerlo en marcha sólo requiere unos pocos minutos. En primer lugar, hemos de colocar la primera de las bandejas perforadas sobre la bandeja de lixiviados y colocar un cartón o saco de rafia, para evitar que las lombrices pasen a través de las perforaciones. A continuación hemos de aportar el sustrato que dará soporte a nuestra población de lombrices. La fibra de coco es el material ideal para este objetivo por su capacidad de absorción y por proporcionar condiciones óptimas de aireación y esponjosidad. Solo nos queda añadir las lombrices y algo de materia orgánica. Para este primer aporte de alimento, lo más adecuado es hacerlo en un lateral, para permitir que las lombrices tengan un espacio libre donde permanecer, y que sean ellas las que vayan a la comida.

¿Que comen?

La forma y periodicidad con la que aportemos los restos al compostador, así como cubrir los restos aportados con parte del sustrato, y no dejarlos expuestos en la superficie, son las claves para que la población de lombrices se desarrolle sin problemas, y no surjan los inconvenientes más habituales: malos olores, aparición de moscas y descomposición deficiente.

Los restos orgánicos que podemos aportar son muy variados: restos de plantas domésticas, cáscaras de huevo, bolsas de té o café, restos de alimentos, papel y cartón...Debemos evitar restos de carnes o pescados, grasas y alimentos cocinados. Pese a que también servirían de alimento para las lombrices, podrían causar malos olores. Además tendremos que aportar algo de agua, si observamos que el sustrato se deseca en exceso. Siempre ha de tener aspecto húmedo, pero no encharcado. El porcentaje de humedad adecuando está entre en 70 y el 80 por ciento.

sigue >>>

sigue >>>

El vermicompost

Una vez tenemos el compost, hemos de sacarlo fuera del compostador y secarlo en un recipiente externo, como un saco de rafia, por ejemplo. Para poder sacarlo sin extraer también las lombrices, hemos de poner otra bandeja perforada, sobre la bandeja inferior que ha de estar llena de vermicompost. Dejaremos de alimentar a las lombrices en la bandeja inferior, pasando a hacerlo en la bandeja superior, así, conseguiremos que gradualmente las lombrices asciendan al siguiente estrato. En unas semanas podremos retirar la bandeja inferior y extraer el compost.

Una vez seco, podemos utilizarlo como abono para nuestras plantas. En rasgos generales, aportes de un par de puñados, en otoño y primavera serán suficientes para una pequeña maceta con una planta de interior o de flor.

Mi experiencia hasta el momento, después de un par de meses con el compostador en funcionamiento ha sido muy positiva. La población de lombrices, muy escasa al principio, va aumentando a buen ritmo, y el aspecto del sustrato es el adecuado, con buenos niveles de humedad y aireación. No han aparecido malos olores ni hay presencia de insectos, y al abrir el compostador se aprecia un agradable olor a bosque.

El vermicompostaje doméstico, es una actividad respetuosa con el medio ambiente. Nos permite reducir la basura que generamos y nos mantiene en contacto con los procesos naturales, tan ajenos para la gente que ha nacido y crece en las ciudades. Además, obtendremos un abono de calidad para nuestras plantas.

Alberto Pizarro. GAK Vicálvaro.
Julio 2013.

¿Que es Ayurveda?

Hipócrates fue el primer médico del mundo occidental que afirmó que los alimentos son la mejor medicina para el ser humano.

Es evidente que, si los alimentos pueden nutrir y formar cuerpos sanos y fuertes, también han de poder curarlos cuando están enfermos.

Este es uno de los más antiguos sistemas de medicina y se origina en la India. Ayurveda proviene del sánscrito, y significa conocimiento de la vida. Más que un sistema de medicina, es un estilo de vida que tiene como meta el equilibrio emocional y físico. Sus ramas son muchas: la nutrición, los tratamientos de masajes (de desintoxicación y relajantes), las hierbas depurativas, el yoga (como ejercicio físico y técnica de relajación emocional). El Ayurveda siempre trata a la persona y no se centra simplemente en la enfermedad de esta. La cura, prevención de una enfermedad o exceso de peso, siempre será la consecuencia de un cambio en el estilo de vida, nunca la principal meta de un tratamiento.

Nociones básicas de Ayurveda

Dosha significa "humores" o "aires vitales" y es una de las bases de este sistema de salud. Pertenecemos todos a la misma raza, pero somos seres distintos, con cuerpos y humores distintos. Eso significa que, por ejemplo, un tipo de comida que hace que una persona pierda peso, puede hacer que otra lo gane. El Ayurveda clasifica cada una de esas diferencias, con bases en los cinco elementos formadores de todo aquello que pertenece a nuestro planeta. Son ellos: Tierra, Agua, Fuego, Aire y Éter (o vacío). Los biotipos formados por esos elementos son: Kapha, Pitta y Vata. Todos estos biotipos estan compuestos por estos cinco elementos, sin embargo normalmente existe la predominancia de un elemento en cada biotipo.

Kapha: La constitución Kapha es la mezcla de los elementos agua y tierra. Las personas que tienen esa constitución son muy amorosas, calmadas y estables. Tienen la piel grasa, también facilidad para ganar peso y acumular líquidos. Sus zonas vulnerables son el pecho y el aparato respiratorio. Tardan en aprender las cosas pero una vez que lo tienen no lo olvidan jamás. Poseen una buena memoria a largo plazo.

Pitta: El Pitta es el elemento fuego. Las personas con esa constitución suelen ser muy inteligentes y eficientes en sus actividades. Son impacientes e irritables. Tienen especial aversión a climas calientes. Tienen la piel, más bien entre normal y grasa, también facilidad en ganar y perder peso. Cuando estas personas se encuentran con este biotipo en desequilibrio, pueden sufrir de problemas de piel (acne, erupciones, enrojecimientos...) colitis, ulceras de estómagos y varices, debido a la mala circulación.

Vata: El biotipo Vata es la mezcla del elemento aire con el éter. Suelen ser delgados y tienen facilidad para perder peso. La principal característica del Vata en desequilibrio es la sequedad: de piel, de nariz y de ojos. Tienen el metabolismo muy irregular y por eso suelen tener estreñimiento. Son muy creativos e imaginativos. Aprenden y se olvidan muy rápido de las cosas. Son ansiosos y tienen el sueño ligero e interrumpido.

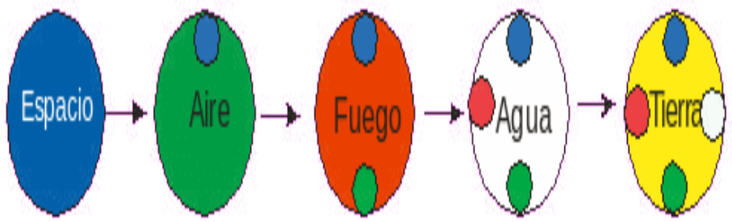
El dosha de cada persona esta determinado por muchos factores. Es importante anotar que tenemos nuestro dosha de nacimiento (determinado principalmente por la genética) y luego tenemos el dosha determinado por el ambiente en que vivimos. Una persona que ha crecido en una gran ciudad, desarrolla características físicas y emocionales distintas a quien ha crecido en ambientes rurales. Personas que viven en climas fríos desarrollan diferencias psicofísicas con quienes viven en un país tropical. Estos factores deben tenerse en cuenta a la hora de elegir un tratamiento o una dieta.

Nutrición ayurvédica

La distinción entre salud y enfermedad surge como resultado de la diferencia entre dieta saludable y no saludable. Todo esta relacionado con lo que comes, digieres, metabolizas y desechas; cómo nutres tus órganos, sangre y células, y qué das a tu cuerpo para que te permita una vida activa y sin sufrimientos.

¿Por qué somos capaces de asociar el dolor de estomago con la alimentación e incapaces de hacer la misma asociación cuando tenemos dolor de cabeza, de rodilla, congestión nasal y hasta enfermedades psíquicas como la depresión, ansiedad, etc.? Según Hipócrates (padre de

Pancikarana o proceso de quintuplicación de los elementos. A partir del espacio, se forman los siguientes, manteniendo los siguientes elementos una parte de los anteriores.



sigue >>>

la medicina occidental) "la comida es tu alimento y tu alimento es tu medicina". Las frutas y verduras tienen innumerables propiedades, tanto tranquilizantes, como digestivas, analgésicas, laxantes, antiinflamatorias, reguladoras del sistema inmune y propiedades inhibidoras del cáncer.

La nutrición es la clave para nuestro equilibrio. Por ser tan importante, la procedencia del alimento es fundamental. Garantizar que el alimento mantiene todas sus propiedades es lo principal. Por eso, es importante que su cosecha y consumo sean realizados en las estaciones adecuadas, que el suelo y el agua que nutren estos alimentos sean de la mayor pureza posible y que no existan manipulaciones químicas porque los componentes químicos serán procesados por nuestro organismo igual que los alimentos y con el tiempo, se acumularán en nuestro cuerpo en forma de toxina.

En la cocina ayurvedica es importante el uso de especias, porque ayudan al aparato digestivo a digerir mejor el alimento, evitando la generación y la acumulación de toxinas (futura grasa corpórea). Utilizar especias no significa, de manera alguna, que la comida ayurvedica sea picante o de sabor raro. La utilización puede perfectamente ser hecha de forma suave y efectiva.

Hierbas y especias

Igual que los seres humanos, las plantas producen sustancias químicas para su propia protección. Estas sustancias muchas veces también son beneficiosas para el cuerpo humano. Tanto el Ayurveda como la medicina occidental (alopática) utilizan esas sustancias químicas. La diferencia entre ambos es que el primero, usa la planta o parte de ella con todos sus ingredientes, tal como surge de la naturaleza y, la segunda, aísla los ingredientes activos de las plantas y los sintetiza.

Dos grandes desventajas de aislar los principios activos, tal como hace la farmacia occidental son: **a)** que se pierden los ingredientes desechados por ser considerados inactivos a pesar de que actúan como antiinflamatorios, antitumorales, antioxidantes, hepato-protectores; y **b)** que puede haber efectos secundarios de envenenamiento por un exceso de principios activos.

Tratamos el sitio que está enfermo pero, en vez de curarnos totalmente, acabamos afectando otra parte del cuerpo que estaba sana. Estos efectos secundarios se dan cuando utilizamos la planta completa, pues los demás ingredientes, considerados "inactivos", ayudan en las partes u órganos que no están enfermos.

En el tratamiento Ayurvedico, utilizamos la planta en forma de infusiones o especias para poner en la comida.

Consulta ayurvédica

La consulta consiste en una evaluación a través de lectura del pulso y un cuestionario para encontrar el biotipo ayurvédico. A partir de este diagnostico encontraremos los alimentos, especias y hierbas más adecuadas para equilibrar el cuerpo y la mente. También se pueden tratar problemas específicos, como molestias físicas (dolores, alergias, problemas del aparato digestivo, etc.); molestias emocionales (ansiedad, insomnio, trastornos, etc.). La persona que accede a la consulta ayurvédica saldrá con una dieta personalizada, consejos para la preparación de la comida, y la buena digestión y con indicaciones de hierbas y especias que le puedan ayudar a complementar el tratamiento. Para los que lo necesiten, serán indicados masajes, estiramientos, ejercicios y otros tratamientos ayurvedicos.

Fernanda Dewes

Carne basura barata, ¿solución o problema?

La estrategia de la Organización Mundial para la Alimentación (FAO) de aumentar la producción de carne no sólo no ha reducido el hambre sino que lo cronifica y extiende la obesidad y las cardiopatías entre los más pobres de los países ricos que, junto al hambre, es la otra cara de la inseguridad alimentaria.

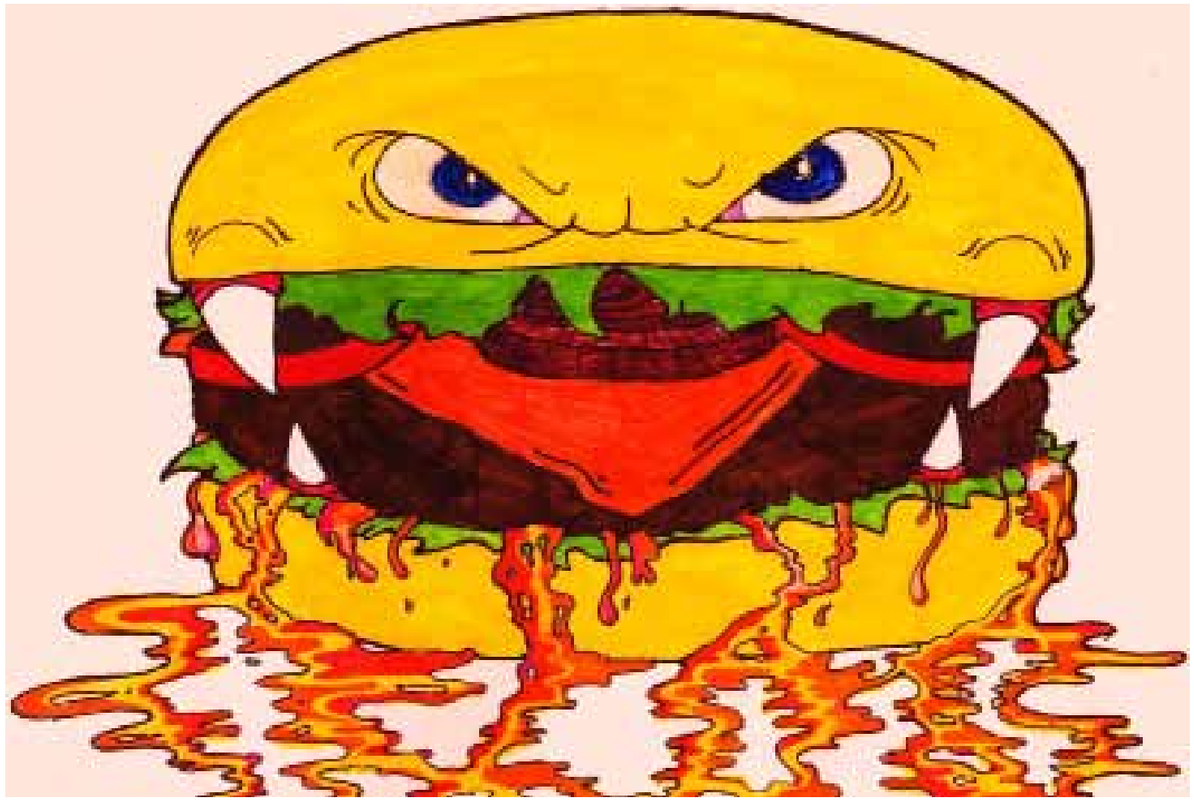
La FAO ha promovido desde 1960 la producción industrial de carne, leche y huevos para combatir la desnutrición de una parte importante de la humanidad. Sin embargo, los cereales destinados a alimentar el ganado han subido los precios de estos alimentos básicos y han ocupado con soja y maíz transgénicos, fumigados con agrotóxicos, las tierras de países del Sur, con lo que han provocado más hambre y enfermedades por exposición a químicos.

En los países ricos, la dieta cárnica ha crecido tanto que es responsable de enfermedades cardiovasculares y obesidad.

En tiempos de crisis, las multinacionales que hacen negocio con hamburguesas repletas de grasas trans y carentes de los nutrientes esenciales, se publicitan ofreciendo comida basura a 1 euro.

¿Quieres saber más? Carne barata: hambre y enfermedades alimentarias.

http://www.lagarbancitaecologica.org/garbancita/index.php/lucha-contra-el-hambre/173-campana-en-defensa-de-la-seguridad-y-la-soberania-alimentaria-lucha-contra-el-hambre-la-fao-isolucion-o-problema-110-entrega



Pilar Galindo.

Globalización e inseguridad alimentaria

Stephan Schmidheiny, magnate del amianto condenado a 18 años de cárcel.

Stephan Schmidheiny, magnate mundial del amianto, condenado a 18 años de cárcel **"por desastre ambiental doloso permanente"**

En el juicio de apelación, celebrado en Turín el pasado 3 de junio, el magnate suizo del amianto ha visto cómo su pena era incrementada de 16 años a que fue condenado en primera instancia, a 18 años en esta nueva sentencia. Además, tendrá que pagar de forma inmediata a las víctimas o a sus familiares un importe por valor de 88 millones de euros, en concepto de indemnizaciones.

Esta pena se ha acercado a la máxima prevista para este tipo de delitos que es de 20 años, que era lo que pedía el ministerio fiscal. El pedir la máxima pena la justifica el fiscal diciendo que al leer de nuevo la sentencias del Tribunal Supremo en los casos más graves de desastres y muertes "me dí cuenta de que no había nada comparable con el desastre que se revive en el curso de este juicio".

Según la sentencia, ha de responder con toda su fortuna gestionada por los Holdings denominados AMINDUS, Becon y ANOVA. El tribunal no ha contemplado el patrimonio que en 2003 traspasó al ente llamado VIVA Trust, que es el financiador de la fundación AVINA. Se ve cada vez más claro que esta operación de filantropía no era tal, sino una manera de liberar patrimonio de las futuras responsabilidades que se le irían presentando, por las reclamaciones de las millares de víctimas que tiene sobre sus espaldas y que, dado el alto periodo de latencia de las enfermedades derivadas de la exposición al amianto, tendrá demandas hasta, al menos, el año 2040, si sigue vivo.

Dos fechas, 2003 año de creación de VIVA Trust a bombo y platillo en Costa Rica con la presencia de 200 notables del mundo y 2004, año de interposición de la demanda por las víctimas de Casale Monferrato que ha dado lugar a esta condena, sirven para demostrar que el dinero dedicado a la filantropía (y sustraído a las víctimas) estaba bien calculado. ¿Adivinación? No, algo más prosaico.

En el juicio se ha demostrado cómo Schmidheiny se había infiltrado en las filas de las asociaciones de víctimas. En efecto, y como cuenta el periodista Giampero Rossi[1], por la documentación secuestrada en el proceso en la empresa de relaciones públicas de Milán Guido Bellodi, se ha podido comprobar que Schmidheiny había contratado a esta empresa desde 1984 al 2005, para ocuparse de la contrainformación, y cómo había infiltrado a la sedicente periodista María Cristina Bruno, en el movimiento de las víctimas, encargada de enviar un informe mensual a Bellodi a cambio de 2.500 euros.

Esta es la explicación por la que pone parte de su fortuna a buen recaudo, como ha quedado demostrado en la sentencia por los nombres de los Holdings responsables de pagar las indemnizaciones. Nada de artes adivinatorias.

Estas operaciones hacen entender mejor el carácter de lavado de imagen que tiene la fundación AVINA, a costa del despojo de las víctimas, y su capacidad de infiltración en los movimientos sociales, cosa que lleva haciendo desde que se constituyó. Como venimos denunciando desde hace años.

Las víctimas italianas de cuatro de sus empresas en el país, están orgullosas de haber conseguido que se haga justicia y que se haya aplicado el 90% de la máxima pena posible. Pero muchas, cerca de mil, no han tenido suerte en la parte indemnizatoria porque el otro condenado, el barón de Cartier, de la Eternit belga (hoy ETEX), ha muerto una semana antes de la lectura de la sentencia. Las leyes italianas no hacen responsables subsidiarios a los herederos, por lo que las indemnizaciones establecidas en primera instancia, correspondientes al barón, han desaparecido. Mala suerte, aún así el mensaje proclamado por las asociaciones de víctimas ha sido optimista. Y es, que socialmente hablando, es más importante separar a estos delincuentes -casi genocidas en este caso- de la sociedad por un buen tiempo que el dinero que se les pueda sacar, que no sería otra cosa que recuperar lo que era suyo. Las leyes, en el mejor de los casos, siguen siendo favorables a la propiedad privada y a los ricos.

sigue >>>

Pero esta sentencia tan grave se esperaba. En efecto, durante la tercera audiencia celebrada el 19 de febrero, el presidente del tribunal, el juez Ogge, comparó la estrategia de Eternit con la estrategia nazi de deportar judíos a Madagascar (1939 a 1941), un plan que más tarde fue reemplazado por las deportaciones a los campos de exterminio. La prensa era muy contundente: "paralelo entre Schmidheiny y Hitler", según se puede ver a continuación.

Según el juez, el plan de Madagascar, que en su momento había elogiado Hitler, sirvió para cumplir un propósito: ocultar las verdaderas intenciones de exterminar a los judíos, que fue lo que se terminó discutiendo en la conferencia de Wansee en 1942. Ogge argumentó que el veredicto de primera instancia debe ser leído desde esta perspectiva: "La conferencia de Neuss celebrada en Alemania en 1976. debe interpretarse "a la luz de los hechos que tuvieron lugar más tarde y el comportamiento de la multinacional del asbesto fue tal, que provocó un desastre doloso sin antecedentes" ¿Qué dijo Stephan Ernest Schmidheiny en Neuss ante una audiencia de unas 30 personas todos ellos gerentes de las empresas Eternit en Europa? Que él sabía que el asbesto era nocivo y peligroso para la salud, que ellos debían ser conscientes de eso pero que si otras personas se hacían conscientes de eso tendrían que cerrar o tomar medidas económicas al respecto. Por lo tanto dijo a sus directivos, había que medir muy bien el tipo de información que se daba, decir que el asbesto no era perjudicial y que, en cualquier caso no causaba la muerte y que su riesgo podía ser controlado. Por ello, obviamente, la sentencia le acusa de desastre intencionado.

En el juicio ha habido representaciones de distintos países y, en una asamblea conjunta celebrada después de la lectura de la sentencia, han considerado que el veredicto es histórico y han proclamado a la opinión pública que:

> **"La gravedad de la sentencia corresponde a la conducta criminal continuada y planificada de la multinacional Eternit. Durante décadas el cartel del amianto ha mantenido a los trabajadores y a la población en general en la ignorancia de los efectos letales del mineral, con el único objetivo de aumentar su riqueza. Este sistema ha provocado miles y miles enfermedades y muertes entre trabajadores y población".**

Nosotros que representamos a las víctimas de Italia, España, Bélgica, Francia y Perú, con otras delegaciones internacionales que asistieron ayer a la lectura de la sentencia, queremos subrayar las enseñanzas ejemplares que se derivan de esta histórica sentencia:

1. La vida y la dignidad humana tiene que ser salvaguardada en el ambiente de trabajo y de vida. Nadie tiene el derecho de anteponer el dinero a la salud y la vida humana.

2. Las multinacionales son entidades poderosas, pero su impunidad puede ser vencida cuando las víctimas luchan unidas y cuentan con el soporte de la población y de las demás víctimas del mundo.

3. El amianto que se sigue utilizando en 3/4 partes del mundo tiene que ser prohibido de inmediato.

En este día, las asociaciones de víctimas celebran la victoria de la justicia y de la esperanza. En Casale, Turín (Italia) el 4 de junio de 2013."

La victoria de David contra Goliat no es solo un asunto bíblico.

1 Giampero Rossi (2012): Amianto Processo alle fabriche della mort.Editore Melampo, Milano, pp 35 y ss

Paco Puche.
El Observador junio de 2013.

El negocio de matar de hambre ... y de obesidad

El informe anual sobre el Estado mundial de la Alimentación de la FAO (Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) constata en 2013, que 840 millones de personas pasan hambre en el mundo (2000 millones de personas habitualmente tienen una alimentación deficitaria) y 500 millones de personas sufren obesidad (1.400 millones de personas tienen sobrepeso).

Hambre y comida basura se dan la mano. En nuestro país, con la crisis, encontramos en los colegios dos formas de malnutrición: niñ@s hambrient@s y niñ@s obes@s, fruto de una alimentación industrializada rebosante de grasas, azúcares y proteínas y deficitaria en frutas y hortalizas.

El sistema alimentario industrial y globalizado provoca muertes y enfermedades por exceso y toxicidad de los alimentos y no garantiza una alimentación suficiente en calidad y cantidad de nutrientes y, en los países empobrecidos, mata de hambre. L@s consumidor@s responsables debemos identificar las causas y los causantes de la inseguridad alimentaria y tomar en nuestras manos la defensa de una alimentación suficiente y saludable para todas las personas y todos los pueblos.

Libre comercio de alimentos, el negocio de matar de hambre

http://www.lagarbancitaecologica.org/garbancita/index.php/hambre-y-comida-basura/325-libre-comercio-de-alimentos-el-negocio-de-matar-de-hambre

P.G.

Certificación participativa campo-ciudad

Desde hace una semana estamos recibiendo nectarina recolectada en una nueva finca de nectarinos y perales de variedad conferencia que Gemma y Miquel -de FruitalpuntBio- han comprado a una pareja mayor de la zona. Se trata de una finca que linda con su tierra que, hasta hace un par de años, se dedicaba a la agricultura convencional aunque con prácticas agroecológicas: abonaban el suelo con estiércol, utilizaban confusión sexual para el control de plagas y usaban segadora en lugar de herbicidas. Se puede considerar que realizaban agricultura agroecológica, pero sin sello.

La helada de abril y el granizo del verano del año pasado, arruinó toda la producción y sus antiguos dueños decidieron jubilarse. Gemma y Miquel compraron la tierra y esperaron a que estuviera en producción para inscribirla en el Comité Catalán de Producción Ecológica (CCPAE) y así ahorrar costes.

Según el reglamento para la producción ecológica de la Unión Europea, se emplea la denominación "en conversión" para fincas que antes producían en convencional y se han inscrito en el registro ecológico, han recibido la visita de un técnico del consejo o comité regulador de su Comunidad Autónoma y cumplen con las prácticas ecológicas. Durante un periodo de 2 años, sus productos se etiquetarán de forma diferenciada por los residuos que pudieran quedar en la finca de las prácticas anteriores.

La visita del técnico ha sido en esta primavera. Por eso, aunque en la finca no se ha hecho ninguna labor desde hace 2 campañas –por lo tanto habría rebasado el denominado año cero que empieza a contar con la visita del técnico y no puede venderse la producción como ecológica- y le correspondería el primer año de reconversión, al haber retrasado la inscripción en el registro y la visita del técnico, administrativamente están en el año cero y no puede venderse la producción con sello de ecológico.

Daños producidos por el granizo del verano del año pasado en las manzanas

Compartimos los criterios de producción agroecológica de Gemma y Miquel y, aunque en La Garbancita Ecológica no hemos incluido nunca alimentos en conversión, a todos los efectos esta finca reúne las condiciones de producción ecológica aunque no tenga aún tal certificación.

Esta es nuestra certificación participativa, debatiendo con l@s agricultor@s sus criterios y los nuestros. No es una certificación en sustitución del sello oficial sino superadora del mismo.

Consejo Rector de La Garbancita

Responsabilidad compartida. Carta a Fruitalpuntbio

Estimad@s compañer@s

En primer lugar queremos agradeceros los ricos melocotones que nos enviasteis el miércoles como aportación de internacionalismo proletario del campo de Cataluña a la ciudad de Madrid.

También agradecemos que nos informéis de la posible distribución de vuestras frutas por parte de un distribuidor en Madrid con carácter previo a la formalización del acuerdo. Para no lesionar nuestra posición en el mercado agroecológico de Madrid frente a un distribuidor de envergadura, les habéis ofrecido un precio superior al nuestro.

Reconocemos la necesidad de abordar circuitos de distribución más amplios que los habituales para dar salida a una buena producción (ya tocaba), pero también reconocemos que, en una coyuntura de mercado en la que, en algún momento, los precios pueden ir al alza, nos mantengáis precios constantes a La Garbancita Ecológica.

Esta forma de proceder representa una aportación a la construcción de Responsabilidad Compartida entre agricultor@s y consumidor@s ecológic@s. Supone destacar a un distribuidor en la ciudad de otros distribuidores mediante un tipo de relación preferente que obedece a los principios alimentarios, ecológicos, económicos y de transformación social que compartimos. Demuestra la posibilidad de mecanismos de formación de los precios no dominados por el interés individual y las reglas del mercado. Sin perder de vista el mercado en el que estamos todos, no son la oferta y la demanda sino la transparencia y el apoyo mutuo los factores que determinan, en última instancia, los precios.

En todos los mercados, incluido el ecológico, hay diversas especies de agricultores, de distribuidores y de consumidores. Esta biodiversidad no la podemos negar, porque es real. Pero, si queremos aplicar nuestros discursos de responsabilidad compartida campo-ciudad, debemos tomar partido por las especies más cercanas (respetuosas, cooperativas y emancipadoras) frente a las especies más competitivas, mercantiles e individualistas.

Por nuestra parte, en unos días, os informaremos de nuestras necesidades de manzana golden, gala y fuji y de pera conferencia con el fin de que podáis hacer previsiones para almacenamiento en el invierno.

Salud y energía vital

fruitalpuntBIO®

fruitalpuntbio@gmail.com
www.fruitalpuntbio.cat

Consejo Rector (de guardia)
de la Garbancita Ecológica
16 de agosto de 2013

Mirando al cielo

Llueve...

Los agricultores siempre andamos mirando al cielo. Y no es una pasión meteorológica pura, sino que siempre hay un interés añadido.

Cuando el calor aprieta, es el verano en todo su esplendor en plena canícula. Sin embargo para nuestros frutales solo deseamos una cosa, que no aparezca ninguna nube. Que no truene, ni llueva, ni por supuesto caiga granizo.

Es una paradoja, pero es del todo cierto. Los frutales todos, pero muy especialmente nectarinos y melocotoneros, en esta época, próximas ya las fechas de la recolección, solo quieren agua a ras de suelo. Las lluvias perjudican su delicada piel, la despojan de sus elementos protectores y producen secuelas.

Estas secuelas no se manifiestan de inmediato en el campo sino que lo hacen a posteriori, una vez recolectadas, en forma de mala conservación. Los hongos que crecieron con las lluvias esperan a que el fruto pierda la protección del árbol para atacar con fuerza una vez recolectado.

Quizá por ello algún melocotón, o nectarina se os haya podrido de modo incomprensible de un día para otro. Este año el tiempo anda caprichoso aquí en las comarcas leridanas. En pleno mes de julio ha llovido día si, día también.

Y nosotros que vivimos en la cola del desierto de los Monegros. Como añoramos "la pertinaz sequía".

Un saludo desde Colldefoix.

Miquel, de FruitalpuntBio.

Cereza ambrunesa, la última de la temporada

Hoy 29 de julio, nos despedimos de la cereza de Laura de El Arenal (Ávila). Esta semana recibimos las últimas cerezas de la temporada y las más preciadas: las ambrunesas. Por eso será nuestro "kilo responsable" de esta semana.

Esta pequeña y completa fruta es una buena fuente de vitaminas C y E, fibra y antioxidantes, entre ellos la melatonina, que ayuda a regular el ritmo cardíaco y los ciclos de sueño del cuerpo. Además, son una excelente fuente de betacarotenos. Estas frutas se conocen como "alimentos para el cerebro", ayudando en la prevención de la pérdida de la memoria.

Esta cereza procede de la finca de Laura en Albarea. Crece en cerezos de casi de 40 años que plantaron sus padres y que ahora cuida ella.

La recolección de la cereza es una tarea dura. Subir en escalera para alcanzar los 3 metros de los cerezos y seleccionar una a una las protagonistas de nuestro post. Laura define esta tarea como "el deporte más noble".

Nos cuenta cómo: "Cuando el cansancio aparece, levanto la vista hacia la sierra, respiro profundamente y me siento una afortunada. De vez en cuando, me acuerdo de vosotros.... que sois al final los que dais sentido al trabajo, y os imagino felices degustando esta fruta llena de vitaminas y antioxidantes."

Y en esta última semana disfrutamos de la mejor variedad de las cerezas: la ambrunesa, con consistencia crujiente y sabor dulce.

Nerea Hernández

La más rica y dulce... ¿te apetece probarla?

Visita a Ekkofood. Betera-Valencia

Ekkofood es una empresa familiar situada a tan sólo unos minutos de Bétera (Valencia). El pasado 23 de julio visitamos su finca tras el apoyo mostrado a nuestra campaña de 17 de abril (2013), día de las luchas campesinas.

Gracias a los miembros de la comunidad y a nuestros más de 10 años de experiencia en el sector ecológico, nos hemos ido adaptando cada vez más a las necesidades del consumidor, consiguiendo una variedad de productos de gran calidad a lo largo de todo el año.

La finca Ekkofood consta de 30.000 m2, de los cuales 3.000 corresponden a un invernadero. Es en este último en donde, tras varios años de siembra, finalmente hemos adoptado un método de cultivo que permite obtener productos ecológicos de la máxima calidad.

Todos nuestros productos están certificados por el Comité de Agricultura Ecológica de la Comunidad Valenciana desde el año 2002, en que pusimos en marcha una idea que llevábamos ya tiempo en mente, el de producir alimentos saludables al alcance de todos. (www.ekkofood.com)

Carta de La Garbancita tras la visita

Hola Arnaldo.

Fue un placer conocer el pasado mes de julio, de la mano de Beatriz, vuestra finca abierta a la participación ciudadana a través de los huertos mediante una fórmula bien planteada de libre disposición, asesoramiento técnico y tarifas populares.

Compartimos la perplejidad de quien, más allá de los aspectos económicos, ha puesto de su parte todo lo posible para acercar los alimentos ecológicos a una población que los necesita de manera imperiosa y, sin embargo, no consigue el número mínimo de consumidores. Esto se debe a que elegimos voluntariamente nuestro cáncer, nuestra diabetes y nuestra obesidad al consumir alimentos repletos de tóxicos, grasas trans y azucar refinado. Por eso debemos investigar las causas de tamaño despropósito. Dichas causas son las ideas, valores y emociones que, habiendo sido injertados desde fuera por la publicidad, los políticos y los científicos a sueldo de las multinacionales, aparecen como algo natural compartido por tod@s.

Desde que empezamos a construir grupos autogestionados de consumo en 1996 ponemos, al mismo nivel que la producción y la distribución de alimentos ecológicos, la producción y distribución de cultura alimentaria para un consumo responsable agroecológico, autogestionado, popular, cooperativo y de responsabilidad compartida entre agricultor@s y consumidor@s.

Tendemos a cultivos ecológicos al aire libre, salvo circunstancias especiales como las que concurren en latitudes muy frías (Segovia, Avila, etc.) donde un día de helada fuera de lugar puede arruinar una cosecha entera; en otros territorios donde el excesivo calor puede quemar la cosecha o bien, se busca adelantar o retrasar una cosecha facilitando un techo móvil que se abre o se cierra según las condiciones climáticas de cada momento.

Las diferencias entre vuestro proyecto y el nuestro expresan la pluralidad de las respuestas sociales frente al desorden alimentario internacional en manos del mercado y los grandes mercaderes.

Estamos vinculados con media docena de agricultor@s ecológic@s mediante relaciones preferentes que se expresan como una voluntad común de responsabilidad compartida entre agricultor@s y consumidor@s. Los pasos que vamos dando en este terreno inexplorado -y a veces conflictivo-, están en nuestra web y en la revista Tachai. Ten-

sigue >>>

demos a trabajar mediante planificaciones indicativas que La Garbancita realiza para cada agricultor intentando armonizar los alimentos, variedades, latitudes, temporadas y climas para tener en cuenta todos los intereses de forma transparente y conseguir una oferta completa y atractiva para l@s consumidor@s.

El problema para la distribución de vuestros alimentos es de dos tipos, la inserción en nuestros compromisos planificados actuales y el volumen necesario para que el coste del transporte no se dispare.

La Responsabilidad Compartida no tiene por qué ser igual en todos los casos. Algunos agricultores, además de compartir nuestros principios, representan un volumen importante de nuestra actividad económica. Otros, teniendo poca dimensión económica, representan una fuerte cooperación en el terreno educativo, deliberativo o de comunicación social.

Os adjuntamos el archivo de una presentación de la actividad de La Garbancita que utilizamos a veces: "Alimentación, consumo y salud en tiempos de crisis". Nos gustaría recibir el díptico de presentación de Ekkofood que nos mostró Beatriz.

En espera de vuestras noticias, os enviamos un cordial saludo del Consejo Rector de La Garbancita Ecológica

Las imagenes utilizadas para ilustrar este artículos han sido cedidas por el blog de cocina mediterranea casera "El tercer brazo"

La Garbancita visita al "Guadalhorce Ecológico"

La Garbancita Ecológica visitó el 8 y 9 de agosto a El Guadalhorce Ecológico, una cooperativa que agrupa a una treintena de agricultores asociados para recuperar, en este valle malagueño, una agricultura defensora de la biodiversidad, la salud y la supervivencia de los agricultores ecológicos.

Los distribuidores y agroexportadores que prefieren agricultores solitarios e indefensos ante sus estrategias para tirar los precios del campo, deben enfrentarse ahora con esta cooperativa.

Estuvimos visitando fincas con Paco, agricultor y gerente de la cooperativa, con quien encontramos muchos puntos de confluencia acerca de las características del mercado agroecológico y de la Responsabilidad Compartida entre agricultor@s y consumidor@s.

También conocimos a Cristóbal y Alonso, dos agricultores jóvenes que labran dos terrenos en Álora, en un extremo del Valle, que nos han proporcionado cebollas y calabazas en los meses de primavera.

Aquí podeis ver hortalizas de la Cesta Básica en su mata, en la tierra y en nuestras manos: pimiento italiano rojo, tomate rosa, calabaza cacahuete, pepino del terreno...

Próximamente... os contaremos más de la agrobiodiversidad del Valle del Guadalhorce.

Nerea Hernández y Pilar Galindo

Acelgas y control de calidad

Hola Paco

Tal como hemos hablado esta mañana, te envío un texto sobre el problema de las acelgas en vuestro envío del 12 de agosto de 2013.

A pesar de su pequeña dimensión (10 kg de un total de 15 kg de acelga), este problema señala una cuestión estratégica: el control de calidad que, además de a los alimentos, afecta a las relaciones entre la cooperativa Guadalhorce Ecológico y sus agricultor@s y a la cooperativa La Garbancita ecológica, sus trabajador@s y sus consumidor@s. Por eso debemos pararnos para conocer las causas de este problema y evitar que se repitan.

Una cosa es la retórica de calidad-vitalidad-sostenibilidad-respeto-diálogo agricultor@s y consumidor@s, y otra es llevarla a la práctica. Avanzamos con el discurso por delante porque somos algo más que vendedores de alimentos ecológicos.

Luchamos, desde los movimientos sociales, contra malos hábitos alimentarios arraigados por la publicidad de las multinacionales en un ambiente hostil porque estamos, voluntariamente, fuera del control de las burocracias ecologistas, agrarias y buscavidas. Entre nuestros consumidores tenemos terminales de estos personajes que nos compran porque nuestra oferta es buena y, también, para ver cómo funcionamos. No hacen nada para difundir nuestro proyecto pero, cuando cometemos un error, esa información corre que se las pela. Problemas de este tipo hacen mucho daño.

La agroecología debe dar lo que promete. En la escala en la que nos movemos cuesta mucho. Pero debemos demostrar que somos diferentes a lo convencional no sólo en que nuestras frutas y verduras no tienen residuos químicos.

La Garbancita y Guadalhorce Ecológico compartimos estas ideas. Por eso, sería conveniente conocer con detalle las circunstancias, acciones y omisiones que explican por qué han sido puestos en ruta 15 kilos de acelgas en condiciones inadecuadas.

El problema no se reduce a los 7,7 kg de acelgas con ataque de araña en el envés de las hojas. También estaban quemadas por el sol en algunas zonas -cosa que se puede explicar en pleno verano, siempre que sea algo reducido-, las pencas estaban duras y algunas partes de la hoja verde estaban mustias. Este testimonio lo hemos recogido de consumidores que recogen en nuestro local y de grupos a los que servimos a domicilio.

Sólo hemos podido vender 5 kg de acelgas que hemos tenido que fraccionar en porciones de 500 gr para no dejar sin acelgas a quienes las habían pedido. Esta operación, junto a la tarea de 3 personas para examinar cuidadosamente hoja a hoja los 15 kg de acelgas, supone una dificultad para un equipo tan presionado como el nuestro.

Hemos pedido excusas a los consumidores, explicando que estamos en pleno verano y que estas cosas pasan -lo importante es que sean excepcionales- informándoles que hemos hablado con vosotros y esperamos una respuesta que difundiremos.

Queremos pediros canales de comunicación eficientes desde primera hora del miércoles. Aunque el problema no puede solucionarse mediante la sustitución de un alimento en malas condiciones por otro en las condiciones adecuadas, es fundamental disponer de información del agricultor para trasladar a los consumidores. Esa explicación, sea la que sea, es imprescindible para el conocimiento de nuestros consumidores sobre los problemas del campo y de los campesinos.

Cuando hay un problema que escapa a la responsabilidad del agricultor, nosotros pedimos –y conseguimos- solidaridad de los consumidores. Esta solidaridad supone dejar de pensar exclusivamente en el dinero gastado en un alimento, para pensar también, en los problemas de la familia campesina que lo ha cultivado.

Sin una explicación comprensible, no hay conocimiento y sin conocimiento no hay solidaridad, ni educación ni responsabilidad compartida. Además de cultivar alimentos, debemos cultivar también, la comunicación y el diálogo entre agricultores y consumidores, como base de educar(nos) para el apoyo mutuo.

En espera de vuestras noticias, os enviamos un cordial saludo.

Consejo Rector (de guardia),
14 de agosto de 2013

¿Porqué este verano no tenemos almendras?

La naturaleza es sabia

Como la naturaleza, además de sabia es caprichosa, este año los almendros han decidido descansar. Nos lo cuenta Chema, de Labranza Toledana.

"En estas fechas, los almendros normalmente muestran la imagen de la izquierda. Esta es una foto del verano pasado

Pero este año se lo han tomado sabático y no vemos ni la muestra (foto de la derecha).

Quiero entender, que como el año pasado lo pasaron tan mal por la sequía y sin embargo tuvieron un buen fruto, este año necesitan un relax limitándose a vegetar sin producir."

Chema. Labranza Toledana

Principales intervenciones en el debate sobre responsabilidad compartida en la asamblea de La Garbancita Ecológica. 12 de mayo de 2013

FruitalpuntBio. Los agricultor@s esperamos poco de los consumidor@s. Hay pocas "Garbancitas". Hay mucho movimiento en el estado en la línea de La Garbancita. La Responsabilidad compartida es un concepto que nos despierta interés. El debate nos supera, pero hay que hablar y estamos dispuestos. Debemos debatir punto a punto. Somos un grupo de 5 agricultores heterogéneos. La presencia de varios agricultor@s en esta Asamblea de consumidor@s de La Garbancita, demuestra algo nuevo.

Esencia Rural. Nunca había utilizado este concepto de Responsabilidad Compartida. Hay que redefinir sin queremos hacer agricultura ecológica –ya muy degradada- o agricultura natural. Apostar porque la alimentación no sea un negocio, que rompa las estructuras que existen desde milenios para cubrir esta necesidad básica. Buscar puntos de encuentro para agricultor@s y consumidor@s fuera del sistema alimentario actual. Sobrecoge el trabajo que hace La Garbancita. He tenido una vivencia organizativa que siempre ha fracasado por falta de compromiso. Recomiendo prudencia ante la necesidad de crecer y permitir el acceso de más personas como cooperativistas. Si es fácil entrar en la cooperativa ¿qué será de nuestros principios actuales dentro de cinco años? Me gustaría entrar en la cooperativa aunque me costará reunir 1000 €. Me ofrezco a participar. Propuesta de unión de dos o tres agricultor@s de La Garbancita para elaborar transformados en los momentos de mayor producción de determinados alimentos (conservas de tomate, puerro...). Propuesta de cultivo de hierbas en manos de un grupo de consumidores/cooperativistas en su espacio doméstico y suministro a La Garbancita. En una tierra cercana hacer cultivo de aromáticas, huerta ecológica y escuela de agroecología.

Labranza Toledana. La Responsabilidad Compartida es vital. Agradezco a La Garbancita el esfuerzo de elaboración y reflexión. Prácticamente todo lo suscribo. El proyecto agroecológico debe crecer con una distribución al margen de los mercados convencionales. La producción agroecológica debe ser justa. Un pequeño productor debe ajustar mucho y no puede tener una gama de precios que distinga entre sus consumidores destinatarios. El consumidor agroecológico no es el que tiene más poder adquisitivo sino una mayor cultura alimentaria. Ofrezco ayuda a la cooperativa en lo que necesite. Cultivo aceituna, cereal y almendro. Propongo mayor participación en Facebook a través de relatos cotidianos y fotos.

La Garbancita. Proponemos relaciones preferentes de geometría variable.

a) Con agricultores de mucho volumen tender a: planificación de los cultivos; uso de La Garbancita como plataforma de distribución en Madrid; ajustar los precios en función del volumen para acceder a comedores escolares, restaurantes, tiendas, etc; transparencia recíproca en cuanto actividades, costes y márgenes.

b) Legalizar la transparencia de La Garbancita hacia sus agricultores preferentes mediante la participación de estos como socios de pleno derecho de la cooperativa.

c) Presentarnos a los consumidores finales como una misma entidas de agricultores y consumidores unidos.

d) Participación de los agricultores en la elaboración de la revista Tachai y distribución de la misma en su medio social.

e) Educación alimentaria compartida. Elaboración de un programa y unas unidades didácticas que contemplen el proceso global de producción, distribución y consumo de alimentos ecológicos. Hacerlo poco a poco en base a cursos compartidos para niñ@s y adult@s desde esta mirada conjunta agricultor@s – consumidor@s.

f) Participación en campañas a favor de la Seguridad, Soberanía Alimentaria, la Agroecológica y el Consumo Responsable.

g) Participar en la Campaña Verano 2013: Cuando, en verano, la huerta ecológica avanza, ¿qué podemos–queremos hacer l@s consumidor@s responsables?

h) Resolver de forma colectiva y dialogada los debates y conflictos bilaterales que pudieran surgir.

sigue >>>

Responsabilidad compartida Agricultores-Consumidores

Consejo Rector ampliado 14 de julio de 2013. Acuden: Esencia Rural. Se excusan: Labranza Toledana, Fruitalpuntbio, Citricaren y Aigua Clara.

1 Reuniones:

Este año hemos tenido otras 2 reuniones (12 mayo 2013: Asamblea de La Garbancita. Acuden Esencia Rural, Labranza Toledana y Fruitalpuntbio. Se excusan Citricaren y Aigua Clara. Y 24 mayo 2013: Reunión Aigua Clara – La Garbancita).

Intervención de Julián (Esencia Rural).- ¿qué quiere conseguir La Garbancita? ¿Dónde estamos los agricultores? No he visto nada igual que La Garbancita y he visto abrir y cerrar muchos proyectos. Deberíamos serenarnos y disfrutar de nuestro éxito. Con todo el trabajo que hace La Garbancita, el aumento de ingresos vendrá si o si.

A los agricultores nos resulta difícil manifestarnos sobre los problemas sociales, ecológicos y políticos. Ir introduciéndonos agricultores en La Garbancita, despacio y sin predominio. Es más complejo tener 20 agricultores que tener 5. Crecer con confianza.

2 Propuestas:

A Poner en marcha la producción de transformados. Javier G. se ofrece para colaborar en esta actividad. El GAK de Vicálvaro anuncia taller de conservas.

B Coger una tierra para huerto cercana a Madrid. Producir aromáticas. Venir una vez a la semana para coordinar.

C Localizar agricultor ecológico cercano y recuperar cultura campesina.

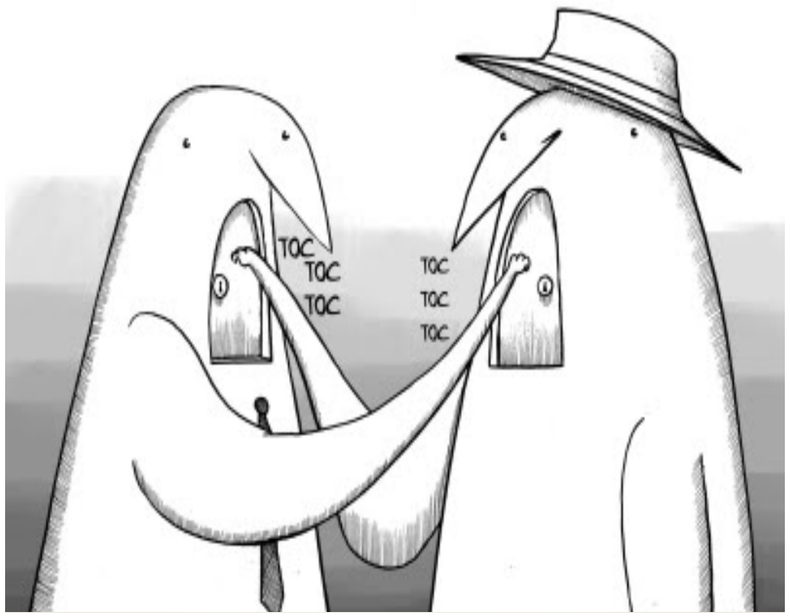
3 Propuestas de La Garbancita:

A Con Chema preparamos 2 talleres de educación alimentaria en colegio Juan Gris, Vallecas-Villa.

B Hacer taller de conservas en La Lavandería para GAKs (formación de formadores) con producción de verdura tardía de Julián. Autoproducción de conservas vegetales de Responsabilidad Compartida Julián-La Garbancita sin certificación oficial pero con certificación participativa.

C Mediación para la resolución dialogada de conflictos. El grupo de responsabilidad compartida debería jugar un papel en los procesos de debate interno como el existente entre Aigua Clara y La Garbancita, siempre que los actores de dicho debate estén conformes. Esta tarea nos ayudaría a aprender a resolver los problemas de forma dialogada y colectiva. Por nuestra parte nos gustaría exponer nuestras razones como organización de consumidores que actuamos como plataforma cultural y comercial, en un foro amplio de agricultores de confianza. Estamos dispuestos a que se nos corrija si estamos equivocados. Proponemos una reunión de los 5 agricultores actuales y La Garbancita en septiembre u octubre con un orden del día producto de las propuestas de todos y en un lugar adecuado.

D Taller de germinados. Pendiente de fecha.



Cocina responsable

Pretendemos hacer comida buena, apetitosa y barata para cooperativistas, colaborador@s y consumidor@s. La condición es una persona con conocimientos de cocina y nutrición, compromiso con el consumo responsable agroecológico e iniciativa para innovar y emprender desde la cocina, la educación alimentaria de niñ@s y adultos y la elaboración de menús.

Como complemento de esta actividad existen otros campos:

a) catering responsable para eventos, cumpleaños y fiestas infantiles;

b) elaboración de conservas y transformados;

c) elaboración de germinados y fermentados;

d) talleres de cocina para niñ@s, unidades didácticas, recetas, etc.

e) elaboración de menús ecológicos y vegetarianos para comedores de colegios en septiembre;

f) legalización de la nueva actividad;

g) completar menaje de cocina y herramientas de trabajo:

h) eventos para cooperativistas colaborador@s.

Catering de 240 menús ecológicos para el frente cívico “Somos Mayoría”

El pasado 6 de Julio, el Frente Cívico “Somos Mayoría” reunía en Rivas un Foro Social estatal. A estas jornadas de debate invitaron a participar a La Garbancita Ecológica, que tuvo una ponencia sobre Crisis Ecológica, Alimentaria y Democrática. A ese taller asistieron unas 50 personas.

Para que los participantes de dicho encuentro pudieran comprobar por sí mismos que la alimentación ecológica de temporada puede estar muy rica y asequible, propusimos al Frente Cívico hacernos cargo de ofrecer una comida ecológica para los participantes en el Foro Social. El verano es el mejor momento para probar los alimentos ecológicos. Sin embargo ofrecerlo al mediodía de un caluroso día de verano, en una plaza con apenas sombras ni bancos, no eran las mejores condiciones para dicho disfrute. Por eso el menú debía ser muy atractivo en sus ingredientes, presentación y precio (4 euros). Este precio cubre solamente el coste de los alimentos ecológicos y la remuneración de la cocinera profesional que nos ayudó. El resto de gastos -generales y salariales- que no se han repercutido en el precio constituyen una aportación a este movimiento sociopolítico que, desde los Movimientos Sociales, pretende revitalizar la izquierda y defender los derechos y libertades.

Decidimos hacer 3 menús que contenían un plato único (Ensalada Campera o Ensalada de Arroz Integral y Alubias o Tabulé con garbanzos), pan multicereal, fruta (a elegir entre nectarina o rodaja de sandía) y bebida (agua fría, vino tinto/blanco o zumo de frutas). Cada plato contenía la cantidad y los ingredientes para una comida equilibrada y refrescante. Dos menús elaborados con hortalizas frescas, cereales integrales y legumbres, con un alto contenido en vitaminas, hidratos de carbono y proteínas vegetales, y un tercero, elaborado con patata, huevo duro y hortalizas, que también resultaba equilibrado nutricionalmente al complementarse la patata y el huevo.

Otra dificultad era la cantidad de menús que se necesitarían. La asistencia de participantes era incierta. Optamos por realizar 240 menús que permitirían dar de comer a todas las personas que lo desearan asumiendo que también podrían sobrar.

¿Como lo hicimos?

El viernes por la mañana, la cocinera y varias personas se ocuparon de la cocción de cereales, legumbres, patatas y huevos, operaciones que requieren de mucho tiempo -sobre todo en cantidades tan grandes- y no comprometen la frescura del plato elaborado, incluso pueden estar mejor con un día de reposo.

Con tan sólo 24 horas organizamos un equipo de 18 colaborador@s activ@s para la elaboración y montaje de los 240 menús, 80 de cada tipo. Nos citamos a las 9 de la mañana. El objetivo era que todas las operaciones estuvieran finalizadas antes de las 12 horas para que pudieran estar en la cámara frigorífica a una temperatura de 8 grados hasta exáctamente 30 minutos antes de ser servidos en Rivas. Esto permitiría servir frescos los menús.

El ambiente de trabajo fue muy agradable y, además, terminamos todo el trabajo pasadas las 11 de la mañana. Después nos dedicamos a organizar el desplazamiento a Rivas y la última fase del catering: el servicio de los menús a los comensales. Simultáneamente, 6 compañer@s estaban en Rivas participando en los talleres, atendiendo una mesa de La Garbancita con revistas, pirámides y otros materiales, y preparando las mesas para el servicio de la comida (con tableros y borriquetas) en el lugar seleccionado.

sigue >>>

A las 13,20 horas cargábamos la furgoneta con los menús, la fruta y la bebida, todo cubierto con unos paños humedecidos y enfriados en la cámara, para mantener al máximo la temperatura. A las 13,45 horas entrabamos en la Plaza de la Constitución de Rivas, donde se sitúa el Centro Cultural Federico García Lorca. Allí estaba todo preparado bajo los soportales de la plaza. Se procedió a una descarga rápida con ayuda de los voluntari@s del Foro Social y algún que otro participante. A cubierto del sol, colocamos menús, bebidas y frutas cubiertas por los paños mojados.

Finalmente se sirvieron 185 menús. El tabulé de garbanzos se acabó por completo porque tuvo mucho éxito. Los 55 menús restantes se trasladaron rápidamente a nuestro local para guardarlos en la cámara. Cooperativistas, trabajador@s y colaborador@s de La Garbancita los compraron a un precio rebajado el mismo sábado, el lunes y el martes para evitar que se estropeara y no tener que tirar comida.

El diseño de la operación, contar con una cocinera profesional y el trabajo cooperativo de trabajador@s, cooperativistas y colaborador@s activ@s, hizo posible lo imposible. Todas las personas participantes disfrutamos y lo pasamos

bien, además de estar satisfechas por el resultado. Las personas que degustaron el menú dijeron que estaba muy rico, alguna incluso antes de probarlo, nos felicitó por la organización. El Frente Cívico quedó gratamente sorprendido de la capacidad para organizar, en tan poco tiempo, esta comida ecológica y poder contar con ella en sus jornadas. Para la cocinera y el equipo profesional de La Garbancita ha sido un reto y una satisfacción. Haremos más cosas juntas.

Nerea Hernández,
coordinadora de la operación

¿Qué es la garbancita ecológica?

La Garbancita Ecológica es una cooperativa sin ánimo de lucro para el fomento de una alimentación responsable agroecológica, autogestionada, popular y de responsabilidad compartida campo-ciudad. En 2007, tras una década de experiencia, los Grupos Autogestionados de Consumo (GAKs) creamos este proyecto como logística propia para garantizar los derechos de agricultor@s ecológic@s y consumidor@s responsables.

Garbancita

El garbanzo representa atributos fuertes de nuestro proyecto: proteína vegetal autóctona, semilla, nutritiva, vital, previsora de enfermedades y barata. Su acepción femenina evoca el trabajo de cuidados que realizan las mujeres con la intención de que sea valorado y compartido por los hombres. Nuestra cooperativa es un colectivo mixto de hombres y mujeres, dentro del cual funciona el Colectivo Ecofeminista "Las Garbancitas".

Ecológica

Construimos responsabilidad compartida con agricultor@s que respetan la fertilidad de la tierra, la biodiversidad, el trabajo digno, los ciclos naturales, el equilibrio territorial y los circuitos cortos de comercialización.

Alimentación responsable

Es la que se responsabiliza de las consecuencias económicas, ecológicas y sociales de nuestras formas de alimentación y consumo. Seleccionamos frutas y verduras ecológicas lo más cercanas y con el menor número de intermediarios posible. Apostamos por el crecimiento de la alimentación ecológica y el decrecimiento de la alimentación industrializada, autolimitando nuestro consumo de alimentos convencionales y procesados. Para ello, desarrollamos programas de educación alimentaria en el ámbito asociativo y escolar.

Autogestionada

Significa fines sociales no regidos por el lucro; autonomía respecto a bancos, subvenciones, partidos, sindicatos, iglesias y estado; funcionamiento participativo, transparencia, horizontalidad, cooperación, formación y apoyo mutuo.

Popular

Participación y cercanía para crecer sin que aumenten los precios. Precios justos para l@s agricultor@s y asequibles para l@s consumidor@s. Alimentos saludables accesibles para toda la población.

Responsabilidad compartida

En relación directa con agricultor@s, ganader@s, acuicultor@s, elaborador@s y artesan@s ecológic@s, nos proveemos de alimentos de temporada recién recolectados y con certificación ecológica participativa.

La Garbancita Ecológica y los GAKs construimos un proyecto integrado por agricultor@s y consumidor@s en términos de equivalencia y respeto en defensa de la seguridad y la soberanía alimentaria para todas las personas y todos los pueblos.

sigue

La Cesta Básica

La Cesta Básica es la selección de alimentos que proporcionamos semanalmente.

Cada consumidor/a confecciona su pedido a través de nuestra tienda online, eligiendo entre más de 1000 alimentos y productos de 70 proveedor@s. Los pedidos se realizan entre el martes y el jueves de una semana y se recogen a partir del miércoles de la semana siguiente, en nuestro local o en el del grupo de consumo.

Las propiedades nutritivas de los alimentos ecológicos residen en su cuerpo. Las propiedades ecológicas y sociales se expresan en nuestra web y nuestra revista "Tachai" que, cada dos meses, ofrece 60 páginas con amplia información alimentaria.

¿Cómo acceder a la Cesta Básica?

Nuestro local está en Vallecas. Madrid. C/Puerto del Milagro, 8. Metro Buenos Aires o Portazgo (Línea 1); Cercanías: estación de Asamblea-Entrevías; Bus 310 desde Pacífico.

Consúltanos sobre los grupos de consumo vinculados a La Garbancita, nuestra actividad de educación alimentaria y los menús ecológicos para el comedor escolar.

Conócenos en los días de Puertas Abiertas: jueves y viernes, de 10 a 14 y de 17 a 19 h. y sábados por la mañana, desde las 10 a las 14 h.

Súmate a nuestra Campaña "Cuando, en verano, la huerta ecológica avanza, ¿qué puede -quiere- hacer el consumo responsable?"

Consejo Rector.

Página de La Garbancita en Facebook: www.facebook.com/GarbancitaEcologica

Web: www.lagarbancitaecologica.org

Tienda: www.lagarbancitaecologica.org/tienda

Contacto: lacestabasica@lagarbancitaecologica.org ó 618 215 863

La Garbancita ecológica en su laberinto

En los últimos dos años hemos comprobado que, a pesar de la intensa actividad educativa, de ampliación y mejora de nuestra oferta de alimentos y de producción cultural en el terreno de la agroecología y el consumo responsable, no conseguimos una tasa de crecimiento suficiente para equilibrar económicamente nuestro proyecto.

No nos comportamos como una empresa porque no lo somos y eso supone renunciar a los procedimientos de marketing que podrían rentabilizar la calidad de nuestra oferta de alimentos ecológicos en términos de variedad, cantidad, regularidad, servicio, precios, calidad y vitalidad.

Al ser un movimiento social con dimensión económica estamos atrapados en un bucle. No crecemos como una empresa pero tampoco conseguimos crecer a través de los movimientos sociales.

En diversos artículos de la revista Tachai hemos analizado la diferencia existente entre la dimensión económica en La Garbancita Ecológica y en los grupos de consumo. Para La Garbancita, en ausencia de capital, las exigencias son implacables en dosis masivas de trabajo militante y jornadas agotadoras para un equipo profesional decidido a respetar a l@s agricultor@s y a l@s consumidor@s. Para los grupos, los esfuerzos para garantizar la autogestión, sin salarios ni alquileres, son diferentes y, por tanto, las cosas se ven de otra manera. La consolidación organizativa y el trayecto de los militantes de La Garbancita Ecológica suponen un patrimonio de experiencia y conocimientos que, lejos de transmitirse fluidamente hacia los grupos de consumo, a veces se manifiestan como una barrera. Es habitual que los grupos se instalen en un conservadurismo que no desborde la dedicación de los militantes más activos.

Nos sorprende comprobar que un esfuerzo tan grande de producción cultural, ideológica, didáctica y logística pasa desapercibido para much@s consumidor@s, en unos casos por exceso y en otros, por defecto de militancia. Sin embargo, la realidad es así. Somos un proyecto social y no vamos a renunciar a sostener y dinamizar los grupos de consumo.

Esta contradicción es interna a un proyecto social con dimensión económica y hay que contar con ella. Nuestra larga experiencia en creación de grupos de consumo nos permite adaptarnos a esta realidad. En estos momentos, a pesar del entrismo que ha roto varios de los grupos asociados a La Garbancita, hay vivos 25 colectivos de diversa configuración y otros cuatro en formación. Sin embargo, las cosas van demasiado despacio para nuestras necesidades.

En los últimos 2 años hemos tenido experiencias muy dolorosas. Algunos grupos de consumo, o bien bloquean nuestros contenidos culturales tratándonos como una distribuidora de alimentos ecológicos, o bien, hegemonizados por representantes de otros proyectos de consumo responsable entran en el nuestro para estudiarnos, consolidar el grupo y, posteriormente, conducirlo al proyecto al que sirven (Getafe-ISA Madrid, primavera 2011; Alcalá de Henares-Labvanda-EeA, diciembre 2012 y Barrio de la Concepción-Tredar-Proyecto de CCOO, junio de 2013).

Lo que debería ser cooperación entre las distintas identidades del consumo agroecológico autogestionado, se expresa de manera competitiva mediante operaciones secretas. Estas tácticas son, una vez más, expresión de la presencia de mercantilismo, sectarismo y oportunismo en el seno de los movimientos sociales.

Sin embargo, las cosas podrían y deberían ser de otra manera. La Garbancita Ecológica puede complementar a un agricultor local que busca, sobre todo, conseguir su propio mercado o a los agricultores noveles de Tredar (proyecto dinamizado por CCOO) "adoptados", cada uno de ellos, por 10 familias del sindicato o de su círculo de influencia que envían cestas quincenales de 10 kg con 5 hortalizas. Las familias consumidoras se comprometen durante 6 meses, pagando 40 euros por dos cestas al mes con 10 Kg. de verdura cada una.

En el ideario de La Garbancita están el respeto a la cercanía y el apoyo mutuo con iniciativas sociales que promuevan la agroecología y el consumo responsable. Con poco esfuerzo, podríamos organizar una cooperación que complementara lo que proporcionan estos agricultores para facilitar una amplia oferta de productos a los consumidores de esos grupos. Al

sigue >>>

interrogarnos por la razón de comportamientos desleales desde una retórica de autogestión, sólo podemos concluir que hay personas conseguidoras incapaces de compartir el camino con otros proyectos que integran lo que dicen en su práctica cotidiana.

Los grupos de consumo más vinculados a La Garbancita realizan una tarea militante que garantiza la autogestión del grupo y alguna esporádica actividad cultural. Pero no disponemos de grupos que recojan y proyecten la fuerza cultural, organizativa y económica que La Garbancita contiene y necesita reproducir. En estos momentos, contando con una base social militante y personas con experiencia e iniciativa, podríamos dinamizar el crecimiento de grupos de consumo hasta alcanzar una dimensión capaz de financiar un salario y logística propia para asentar el proyecto en un barrio o pueblo. Lo que a La Garbancita le ha costado 5 años, podríamos reproducirlo en 6 meses.

El mecanismo de desarrollo del consumo responsable agroecológico es educación alimentaria, creación de puestos de trabajo, logística propia y bases de apoyo social para estabilizar el proyecto en diversas localidades. Posteriormente, compartirlo con grupos o redes fraternas para crecer en un contexto de confederación, evitando alcanzar un volumen que entre en contradicción con nuestra identidad de movimiento social con dimensión económica.

Por ser los GAKs el proyecto con más experiencia creíamos que, al crear La Garbancita, los grupos de consumo iban a crecer y multiplicarse. Pero no ha sido así. Los mejores militantes, hasta la fecha, tienen demasiadas tareas para concentrarse en el fomento del consumo responsable agroecológico, autogestionado, popular y de responsabilidad compartida campo-ciudad. Simétricamente, la complejidad y la profesionalidad del proyecto va más allá de una dedicación de ratos libres o, incluso, de sentarte cuando te cansas.

Necesitamos avanzar con decisión en los movimientos sociales pero, también, en otras direcciones. La primera de ellas es el medio educativo. Desde la educación alimentaria tenemos algunas actividades retribuidas que, aunque con tarifas muy bajas, al intervenir cientos de niños y niñas, suponen una aportación a nuestro sostenimiento económico. Debemos prestar atención a los comedores escolares. Con la educación alimentaria por delante, buscar los contactos adecuados para demostrar que se puede iniciar el camino de una alimentación responsable en la escuela, partiendo de dos o cuatro menús ecológicos mensuales, la mitad de ellos vegetarianos, equilibrados desde el punto de vista nutricional, con recetas apetitosas para los niñ@s y con mensajes culturales que abrochen la experiencia sensorial, nutritiva y saludable con las informaciones impactantes, convincentes y divertidas sobre los buenos hábitos de alimentación.

En la práctica podemos derribar el mito de que la alimentación ecológica es más cara y, junto a los distintos actores del medio educativo, generar acumulación de experiencia, cultura y bienestar que favorezcan, con el crecimiento del consumo responsable agroecológico, la estabilidad de nuestro proyecto.

Consejo Rector
27/Junio/2013

Campaña de verano 2013

Cuando la huerta ecológica avanza, ¿qué podemos/queremos hacer los consumidor@s responsables?

La campaña se desarrolla durante los meses de Julio, Agosto y Septiembre.

Las propuestas implican una nueva vuelta de espiral en el llamado "trabajo de consumo responsable" que, a la vista de sus resultados, no supone fatiga sino bienestar individual y colectivo.

Se trata de promover acciones vinculadas a nuestro medio natural: familia, grupo de consumo, amistades, vecinos, asociaciones a las que pertenecemos, centros de trabajo, etc. En centros educativos que cierran, desapareciendo el grupo de consumo (si lo hubiere). Comunicación con los consumidores de los grupos de consumo vinculados a los centros, para que se animen a desplazarse a nuestro local de Vallecas. En los GAKs y grupos de consumo: Recordar las fechas de los pedidos. En caso de algún olvido, desde dentro del grupo, se le anima realizar un pedido de excedentes.

- Aprovechar el tiempo veraniego para acompañar a una persona cercana a conocer la Cooperativa, participar y comprar. Si el resultado es bueno, repetirán.
- Visitas y actividades educativas para los niños todos los miércoles de 11 a 12 h.
- Proponer actividades de educación alimentaria y suministros de alimentos a campamentos de verano durante Julio.
- Pedir a los agricultores que elaboren textos y mensajes para la campaña.
- Impulsar la difusión de la Revista Tachai en verano.
- Calendario de vacaciones de los consumidores. Pedir apoyo a los grupos para que construyan su calendario de vacaciones.
- Buscar familias consumidoras sustitutas para vacaciones.
- Recordar fechas de realización de pedidos, contactar con las personas de la cooperativa para compras de excedentes al regreso de vacaciones.
- Carteladas en el barrio durante el verano.
- Cartel para llevar a los centros de trabajos o lugares sociales con la Campaña de Verano.
- Taller de Bolsas de Tela (para niñ@s y mayores).
- Taller de Germinados.
- Kilo Responsable: cada semana, proponer la compra de un kilo de un alimento recomendado, explicando las razones. Consultar a los agricultores.
- Cocina Responsable Agroecológica y Económica de Verano: gazpachos, ensaladas crudívoras, purés y cremas de verduras y zumos de frutas. Idea de la tapa suculenta, pequeña, barata, promover el disfrute con alimentos ecológicos sabrosos.

Proponer la creación de grupos de consumo en barrios y asociaciones.

2 Campaña de 3X2 para fomentar el consumo de un alimento que esta en sobreproducción en verano

Pedimos a los agricultores con los que mantenemos relaciones de responsabilidad compartida que, si lo desean, nos hagan propuestas en previsión de una posible sobreproducción para aplicar sobre ellos la oferta.

No se trata de una rebaja competitiva de precios para desplazar a otro agricultor/a. Construimos circuitos de distribución de alimentos ecológicos en base al apoyo mutuo y la adaptación de nuestras formas de consumo a los tiempos de la naturaleza. Incentivamos dicho consumo mediante una rebaja del precio al consumidor final. Esta rebaja se financia con la mayor ganancia del agricultor que tiene una mayor producción con un pequeño crecimiento de los costes variables (recolección).

La campaña 3X2 o 2X1 -o la dimensión que se considere- supone un descuento sobre el precio original de ese alimento. Este descuento tiene una dimensión económica, pero también una dimensión ecológica, social y sirve para la creación de circuitos de distribución artesanales y solidarios por parte de agricultores ecológicos y consumidores responsables unidos en un mismo proyecto.

Nos gustaría discutir estas propuestas en el grupo de Responsabilidad Compartida de La Garbancita y los agricultores. Aunque una campaña determinada no afecte directamente a la producción de algún agricultor, si le afecta la creación del vínculo, la deliberación y el apoyo mutuo que se derivan de este debate.

1 Campaña de Verano en FB

Las campañas vinculan nuestra página FB con la web y muestran la identidad de La Garbancita. Aunque FB es un medio más apropiado para mensajes cortos y de poca complejidad, comprobamos que nuestras campañas y contenidos, más complejos se comparten, comentan y reciben aceptación de cada vez más personas, configurando nuestra personalidad en FB.

- Trabajar con la gente más cercana para conseguir más amigos en FB.
- Producir textos cortos que se lean fácilmente.

sigue >>

- Reforzar las ideas básicas.

- Nombre de la campaña sobre la imagen de portada y eslogan al final del post, para que no parezca siempre lo mismo.

- Acabar los post con una interpelación para potenciar las respuestas. Buscamos respuestas, luego hacemos preguntas.

- Junto al lema, poner un eslogan: La Garbancita y l@s agricultor@s, no cierran por vacaciones.

- Utilizar para los post artículos desde el Tachai 28 en adelante.

- Incluir en el calendario de publicación algún día para la difusión de Tachai.

- Mantener secuencias ya conocidas (jueves: excedentes; etc.)

- Seleccionar el miercoles como el Día del Consumo Responsable. Plantear propuestas de lo que significa ser un/a consumidor/a responsable.

- Recetas en FB con alimentos de temporada.

- Propuesta de recetas para excursiones (al campo, piscina, playa...) valoradas económicamente. Pedir colaboración a agricultor@s y consumidor@s.

- Videos breves con testimonios de agricultores y consumidores.

- Textos, propuestas y peticiones de agricultores.

- Calendario de equipo FB para repartir el trabajo.

- Reunión mensual de seguimiento.

Asamblea de trabajador@s de la garbancita

(14/01/2013)

Participan trece personas: cinco trabajador@s de La Garbancita, (dos de ell@s pertenecen al Consejo Rector); cinco voluntari@s, trabajador@s de otras empresas o colectivos con implicación intensa en la gestión de la Cooperativa (dos de ell@s pertenecen al Consejo Rector); tres voluntari@s jubilados sin retribución por parte de la Cooperativa, con una intensa implicación en la actividad cotidiana (dos de ell@s pertenecen al Consejo Rector).

Se excusan diez personas que realizan tareas de responsabilidad en los Grupos de Apoyo a la Cooperativa por estar en sus trabajos respectivos.

Hasta ahora, hemos realizado tres asambleas de trabajador@s (12 de Noviembre de 2011; 7 de Octubre de 2012 y la actual).

La política laboral de La Garbancita Ecológica se fija desde la Asamblea de la Cooperativa, pero también desde la Asamblea de los Trabajador@s que son un órgano de gobierno más de la misma. Somos una cooperativa sin ánimo de lucro que se autodenomina socialista y trabaja desde dentro de los movimientos sociales. Por esta razón es necesario un funcionamiento diferente de las relaciones capital / trabajo, dirigentes y dirigidos, pensantes / ejecutantes.

Las decisiones se toman en procesos asamblearios en los que participan 7 estructuras organizativas con amplia presencia de trabajador@s, cooperativistas y consumidor@s activ@s que agrupa a más de cincuenta personas.

A continuación se exponen algunos debates y conclusiones de la Asamblea de Trabajadores.

No somos una empresa mercantil intermediaria entre agricultor@s y consumidor@s ecológic@s. Por eso debemos transformar las relaciones entre las personas en el mismo proceso de nuestra construcción como proyecto social con dimensión económica: hacernos cargo colectivamente de los problemas de l@s agricultor@s, l@s consumidor@s y l@s trabajador@s, encargarnos de crear las condiciones para la resolución de dichos problemas y cargar con las consecuencias de esta forma de actuar.

En La Garbancita, hasta ahora, todos los trabajador@s cobran el mismo salario. Debemos contratar buen@s profesionales que resuelvan las necesidades de la cooperativa, si es posible identificados y comprometidos con sus fines sociales. La deseable identificación ideológica de l@s trabajador@s con la cooperativa no debe perder de vista el respeto a la libertad de conciencia y el pluralismo político. Una persona que hace bien su trabajo, aunque no comparta en la práctica los fines de la cooperativa permite que otr@s trabajador@s realicen con más facilidad su tarea profesional y social.

Una persona que, necesitando un empleo, nos ayuda con trabajo voluntario de forma intensa, debe ser objeto de atención buscando nuevas actividades que puedan acabar remunerando su trabajo de forma estable, legal y justa.

Actualmente, los gastos fijos en salarios y locales para funcionar adecuadamente necesitarán el doble de las ventas de alimentos. Sin embargo, necesitamos más personas profesionales. Este gasto debe financiarse mediante un conjunto de actuaciones: **a)** crecimiento del proyecto (consumidor@s, grupos, colegios, formación, etc.); **b)** aumento de la participación (colaborador@s activ@s, apoyos diversos) **c)** más y mejor comunicación social;

sigue >>>

d) consolidación de los grupos de apoyo (contable, informático, escuela, Tachai, estudio, trabajador@s, Facebook y Colectivo Feminista Las Garbancitas); **e)** aumento de la base asociativa y financiera de la cooperativa. Entrada de nuevos soci@s y colaborador@s con aportación al capital social; **f)** rebaja temporal de los salarios de l@s trabajador@s que deseen hacerlo (alrededor de 200 euros/mes con carácter de préstamo recuperable); **g)** renuncia temporal al descuento por parte de cooperativistas y colaborador@s activ@s que lo deseen; **h)** mantener el debate y la dirección colectiva sobre la política laboral.

Control de calidad. a) Necesitamos desbloquear ciertos límites que afectan nuestro compromiso de calidad y seguridad alimentaria frente a agricultor@s y consumidor@s en un contexto laboral en el que no hay jefes que vigilen. Algun@s trabajador@s de La Garbancita comunican su compromiso para perfeccionar el control de calidad de los alimentos. **b)** Debemos mejorar la formación de los colaborador@s activ@s que nos ayudan a procesar en el día de reparto y actúan como monitores de los niñ@s en la actividad "Visita a la Garbancita. Excursión a la Autogestión".

Asamblea de Trabajador@s

Modos de pertenencia a la cooperativa

Colaborador/a consumidor/a

Cualquier persona que participa en la realización "on line" de su pedido y en la preparación y recogida del mismo (Equivale a Colaborador en lenguaje de la Ley de Cooperativas de la Comunidad de Madrid -LCCM- y de los Estatutos de la cooperativa).

Colaborador/a Activo/a

Art. 8 Estatutos de la Cooperativa La Garbancita Ecologica

Es el consumidor/a que aporta más de 3 horas mensuales de trabajo voluntario en tareas previamente acordadas con la cooperativa en los relativo a actividad, días, horas y lugares, lo que le da derecho a un descuento en su compra mensual de alimentos y a recibir gratuitamente la revista Tachai.

Socio/a

Art. 6 Estatutos de la Cooperativa La Garbancita Ecologica

Es el consumidor/a que, independientemente de las tareas anteriores, aporta 1000 euros al capital social de la cooperativa.

Por esta aportación "obligatoria" -igual para todos los socios- tiene derecho a un descuento en su compra de alimentos del 1% si ha aportado 1000 euros, del 2% si ha aportado 2000 euros, y del 3% si ha aportado 3000 euros.

Si, además, realiza trabajo voluntario, tiene derecho a un descuento adicional en los alimentos (del 3% si aporta de 3 a 7 horas de trabajo voluntario al mes; del 5% si aporta de 8 a 12 horas y del 7% si aporta de 13 horas en adelante) y a recibir gratuitamente la revista Tachai.

Declaración Final del Congreso Internacional de Salud Medioambiental

Llegamos a este Segundo Congreso constatando que los acontecimientos que a nivel mundial y regional ponen en peligro la salud y la vida de los Ecosistemas, y por tanto de los seres humanos, se han intensificado aún mas... El avance de los modelos extractivistas, depredadores de las diversidades biológicas y culturales, es una constante, fundamentalmente en los países del cono Sur, pero también en el Norte donde las crisis se agudizan. Las crisis financieras, de un modelo económico basado en el consumismo y la especulación, han profundizado las dificultades para acceder a los alimentos para millones de personas en el Planeta. La crisis climática global, la contaminación de aguas superficiales y de acuíferos de agua dulce provocada por los modelos de producción impuestos, la disminución en la calidad de los alimentos (que, además, aumentan sus precios), las ciudades en las que respirar se vuelve un acto casi suicida por la cantidad de partículas en suspensión en el ambiente, la aparición de nuevas "epidemias" y el desarrollo y experimentación con nuevas vacunas y medicamentos, son algunos de los cotidianos desafíos que enfrentamos quienes dedicamos nuestra vida a entender los procesos de salud-enfermedad-cuidado de los seres humanos.

Este panorama se acompaña con la sanción de legislaciones que penalizan las movilizaciones y luchas sociales a favor de la vida y la salud de los ecosistemas, lo que ha permitido las persecuciones y encarcelamientos de militantes sociales a lo largo y ancho del territorio latinoamericano, tanto como el etnocidio ya no mas silencioso, y el asesinato de campesinos, estudiantes y trabajadores que luchan por un mundo con alimentos y salud para todas y todos.

También la aparición de "nuevas" propuestas de desarrollo energético, como el Hidrofracking, el "retorno" de la apuesta a la energía nuclear, tanto como la introducción de mas eventos transgénicos, amenazando irresponsablemente la integridad genética de nuestra especie, en un planeta

cada día mas intoxicado con químicos, de los que poco o nada se sabe en términos de biodisponibilidad y capacidad de daño, suman a las catástrofes que durante estos días hemos compartido.

Al mismo tiempo nuestras vivencias en cada instante de este Congreso han sido las de la confirmación plena de que no solo hay un nuevo paradigma naciendo de nuestras entrañas a partir del dolor y las luchas que cotidianamente vivimos sino que ahora mismo lo estamos encarnando en nuestros compartir, en nuestros diálogos, en nuestras articulaciones, en nuestros sueños colectivos.

Sabemos, con humildad y sencillez, que somos la semilla de una nueva sociedad que el planeta reclama con urgencia. Y sabemos también que nos esperan tiempos oscuros y peligrosos, pero a los que sabremos poner luz y dignidad desde el amor, la solidaridad, el compromiso y la lucha. Y que son millones los que desde cada rincón del planeta están avanzando en la misma dirección.

sigue

Hoy nuestros compromisos se fortalecen en los NO que hemos dicho repetidamente en este Congreso:

NO al experimento global al que nos someten con los cultivos y los alimentos transgénicos. Seguiremos luchando por una América Latina y un Planeta Libre de Transgénicos, como única alternativa que garantice las bioseguridad y la alimentación de nuestros pueblos. Las clarísimas exposiciones científicas sobre la "mala ciencia" que los promueven que hemos compartido en este Congreso, no dejan lugar a dudas sobre la amenaza que significan los OGM.

NO a las fumigaciones masivas con agrotóxicos que nos enferman, matan y contaminan nuestras comunidades. Nuestras luchas locales para lograr legislaciones que nos protejan y limiten las fumigaciones se enmarcan en un compromiso por lograr, también, una América Latina y un Mundo libre de Agrotóxicos en el marco de otro modelo de agricultura. También hemos podido escuchar en estos días pruebas contundentes, tanto de los testimonios de las comunidades como de investigadores y profesionales de la salud comprometidos con las mismas, de los daños que este modelo productivo genera en todos los territorios. En este sentido, ratificamos lo proclamado en el 1er Congreso de Salud Socioambiental, al declarar a los agrotóxicos "armas de destrucción masiva".

NO a la agricultura industrial y sus corporaciones, que depreda, contamina, nos expulsa de nuestros territorios, lleva al acaparamiento de tierras y es, finalmente, la principal responsable de los casi más de mil millones de hambrientos en el mundo.

NO a la minería contaminante que pretende licuar nuestros territorios extrayendo materias primas para alimentar a las grandes corporaciones y que desvasta nuestras tierras, contamina nuestras aguas y expulsa a quienes habitamos esos espacios, para convertirlos en pocos años en vertederos de sus residuos.

NO a las industrias extractivas energéticas que hoy, con el Hidrofracking a la cabeza de las apuestas hacia el "futuro", pretenden seguir contaminando y alimentando al monstruo del consumo destruyendo la biodiversidad amenazando con nuevos riesgos de contaminación y movimientos telúricos. Compartir el caso de los impactos de Texaco en la región amazónica ecuatoriana, con técnicas "convencionales", nos pone en alerta y nos hace lamentar el reciente fallo de la Corte Suprema de Justicia de Argentina, apoyado por el poder político, por el cual se liberó el embargo que pesaba sobre Texaco en este país.

NO al avance silencioso y mortal del asbesto/amianto en nuestros territorios.

NO a la medicalización de la sociedad y al poder de las corporaciones farmacéuticas (muchas de ellas son las mismas que las corporaciones agrobiotecnológicas) que amenaza la salud desde la fragilidad de aquellos que padecen enfermedades y que engrosan sus ganancias produciendo nuevas enfermedades y muerte.

NO a la mercantilización de la vida y la naturaleza.

NO al poder corporativo que corrompe y controla a gobiernos, ONGs y centros de estudios poniéndolos al servicio de sus intereses, vaciando sus discursos y cooptando sus prácticas, muchas veces, bajo los ropajes de "responsabilidad social empresaria", expresión con la que el filantrocapitalismo rapaz pretende pasar por "verde".

NO a la ciencia sin conciencia, al servicio de los intereses del poder económico y/o político-militar mundial.

NO a la criminalización de nuestras luchas y a la persecución y asesinato de nuestros dirigentes y militantes.

Finalmente, NO al capitalismo depredador que está amenazando a la humanidad y a la vida toda sobre esta, nuestra única casa, como nunca antes había ocurrido en la historia de la humanidad.

sigue

Pero son muchos más los SI con los que dejamos Rosario para retomar nuestras luchas en nuestros territorios:

SI a la comprensión de la Salud como el ejercicio del derecho a luchar por una vida digna, fortaleciendo las diversidades y deconstruyendo las hegemonías, así como bienestar individual, interés colectivo y condición esencial para vivir libres. Entendemos que, en efecto, la libertad sustancial está disminuida cuando predomina la enfermedad. Pensamos en Salud, como construcción histórica, social, cultural, intrínsecamente vinculada a la cuestión ambiental.

SI al amor como declaración política, desde un ámbito científico, como fundamento de toda acción humana, de la mano de una nueva ética para la vida.

SI a la soberanía alimentaria como camino para recuperar el control de nuestros sistemas alimentarios y poder producir alimentos saludables y diversos, en armonía con los ecosistemas y con la posibilidad cierta y concreta de que nadie tenga que sufrir el flagelo del hambre. En este sentido, el ejemplo de los movimientos campesinos, los agricultores familiares, los huerteros urbanos, moviliza y contagia esperanzas.

SI a la articulación en múltiples redes complementarias, diversas y sistémicas que fortalezcan un nuevo tejido social en el que los pueblos recuperen el poder sobre sus vidas y la política se resignifique como camino para construir el bien común sobre la base de la autonomía y la autodeterminación de los pueblos.

SI a las Universidades Públicas trabajando codo a codo con quienes son su razón de ser: los millones de personas que sostienen con sus dineros al Estado. Exigimos Casas de Estudios que formen profesionales comprometidos con la búsqueda y generación de un conocimiento al servicio de las necesidades de la gente y no de las corporaciones o los intereses individuales.

Las experiencias de Facultades como la de Cs Médicas y otras casas de la UNR, los trabajos de investigadores de la UNL, la UNLP, la UNRC, la UNC, compartidas en este Congreso, permiten asumir que esto es posible. En este sentido, repudiamos la intervención que ha sufrido la Facultad de Cs. Médicas de la Universidad de Cuenca, Ecuador, y nos solidarizamos con sus claustros.

SI a una ciencia comprometida con la vida bajo la construcción de un nuevo paradigma decolonial que parta de un lugar distinto al impuesto por la modernidad eurocéntrica y los intereses a lo que esta responde.

SI a un modelo energético que comience por cuestionar el actual consumo energético de nuestras sociedades, la distribución del mismo y que se fundamente en la utilización de energías renovables descentralizadas.

SI a las semillas como patrimonio de los pueblos al servicio de la humanidad, libre de propiedad intelectual y de transgénicos.

RED de DEFENSORES Y DEFENSORAS de la SEGURIDAD Y LA SOBERANÍA ALIMENTARIA

sigue >>>

SI al nacimiento de una nueva sociedad basada en la solidaridad, la cooperación, la complementariedad, la alegría y el amor.

Cerramos este 2do Congreso Latinoamericano y 1er Congreso Internacional de Salud Socioambiental, convocándonos al próximo, en el año 2015, en esta misma Facultad, con la convicción de estar andando una verdadera hora de solidaridad inter y transgeneracional de la que nos sentimos y sabemos artífices junto a muchos miles de seres humanos que, en todo el Planeta, cada día trabajan para hacer realidad esos nuevos amaneceres que nos merecemos ver...

Aula Magna de la Facultad de Ciencias Médicas de Rosario, Argentina, a los 28 días de junio de 2013.

Auspiciado por:

• Facultad de Ciencias Médicas – U N R – Argentina

Organizado por:

• Materia Salud Socioambiental

(Facultad de Ciencias Médicas – U N R – Argentina)

• Programa Ambiente Saludable

(Secretaría de Extensión Universitaria, Fac. Cs. Médicas - U N R -)

• CENTRO DE PROTECCIÓN A LA NATURALEZA

• CE-PRO-NAT

www.saludsocioambiental.com.ar

Vida y vitalidad

La "vida" puede entenderse, no sólo como el principio de todo lo viviente, sino también como lo que salva a lo viviente de la aniquilación y de la muerte. La naturaleza es animada, orgánica y viviente.

La vida orgánica es una combinación de materia, energía y organización que marca el ciclo de nacimiento, crecimiento, reproducción y muerte de cada ser.

Según Aristóteles "la vida es aquello por lo cual un ser se nutre, crece y perece por sí mismo". El alma es el principio del movimiento de cada ser viviente. Cada ser vivo tiene un alma: nutritiva (los vegetales), sensitiva (los animales) e intelectiva (los seres humanos).

El ser es anterior a la vida y la vida es anterior a la inteligencia. Lo que participa de la inteligencia participa de la vida pero no a la inversa ya que hay cosas vivas que no tienen inteligencia. La vida, como modo humano de ser, consiste en vivir de acuerdo con las mejores costumbres y normas de convivencia.

La vida es algo que oscila entre el alma y el cuerpo y hace posible el ámbito para la unidad de estos extremos. Para los griegos, sicología es el saber de lo que es forma y principio de realidad en los seres vivientes. La vida es vida del cuerpo (algo más síquico que lo puramente material) y vida del alma (algo más corporal que el puro espíritu).

Frente a la concepción espiritualista, Aristóteles concibe la vida desde un punto de vista orgánico y rechaza otras concepciones como el mentalismo de la "sustancia pensante" o el mecanicismo de la "sustancia extensa". "Sustancia" es lo que está debajo de algo y le sirve como soporte de cualidades o accidentes.

La vida no es algo que se añade al cuerpo viviente, sino el poder que tiene el cuerpo viviente para hacer lo que hace: su función (trabajo), su operación (energía y poner en acción su poder) y su culminación (entelequia). La Entelequia expresa el más completo funcionamiento o culminación de una cosa que constituye su actualidad o acto. Alma es la entelequia primera de un cuerpo que tiene vida en potencia. El alma es la forma del cuerpo, el principio de la actividad, lo que le da al cuerpo su fuerza viviente. Poder (dynamis) y operación (energeia) son conceptos polares, dos aspectos inseparables de la misma realidad que ejecutan la actualización de la potencia en acto.

La vitalidad sería la calidad de tener vida y la actividad o eficacia de las funciones vitales. También puede expresarse como el grado de energía solar que conserva un organismo vivo aún después de dejar de alimentarse y que se degrada con el paso del tiempo. El vitalismo es una teoría que parte de un principio -o fuerza vital- irreductible a los procesos fisicoquímicos.

El flujo de la vida en la tierra

Según Aldo Leopold, la tierra no es únicamente suelo, sino también una fuente de energía que fluye a través de un circuito de suelos, plantas y anímales. Las cadenas alimentarias son los canales vivos que conducen la energía hacia arriba. La muerte y la putrefacción la devuelven al suelo.

La velocidad del flujo ascendente de la energía depende de la compleja estructura de la comunidad de animales y plantas. Sin esta complejidad no es posible una circulación normal. La estructura implica una cantidad característica de las especies que la componen. Entre la estructura compleja de la tierra y su funcionamiento regular existe una relación de interdependencia.

Cuando se produce un cambio en una parte del circuito de suelos, plantas y animales, otras partes deben ajustarse a él. El cambio no obstruye o desvía necesariamente el flujo de energía. La evolución es una larga serie de cambios autoinducidos que han elaborado el mecanismo del flujo y alargado el circuito.

Los cambios evolutivos suelen ser lentos y locales. Sin embargo, el desarrollo tecnológico incontrolado ha propiciado cambios de una velocidad, violencia y alcance sin precedentes. Por primera vez en la historia, las cadenas alimentarias se acortan en vez de alargarse. Especies domesticadas de otras tierras sustituyen a las salvajes. En la comunidad de faunas y floras, algunas especies rebasan sus límites se convierten en plagas o enfermedades, mientras otras se extinguen. Estos efectos no deseados suponen reajustes impredecibles en las estructuras de animales y plantas.

sigue

La fertilidad es la capacidad del suelo para recibir, almacenar y soltar energía. Al extraer demasiados nutrientes del suelo o sustituir especies nativas por otras domesticadas, se alteran los canales de flujo (biocenosis), se agota la fertilidad de la tierra y se arrastra, por efecto del agua, la materia orgánica del suelo.

Las aguas, como el suelo, son parte del circuito de energía. La industria, al contaminar las aguas o modificar sus flujos con embalses, puede eliminar las plantas y animales necesarios para mantener la energía en circulación.

Las plantas y los animales que se crían en una región, se consumen y retornan al suelo en otra. Fertilizamos el jardín con el nitrógeno que los pájaros productores de guano tomaron de los peces en los mares del otro lado del ecuador. Circuitos, antes bien localizados y autocontenidos, se entremezclan a escala mundial.

Se rompe el ciclo local de producción y consumo de alimentos donde el ganado se alimenta con leguminosas y forrajes locales y, después, los excrementos de animales y personas y los restos de podas y cosechas fertilizan las tierras de cultivo. La humanidad se relaciona con la naturaleza a la que pertenece, mediante un metabolismo en el que se apropia y transforma, consume y desecha materia procedente del mundo natural.

En la modernidad capitalista, el metabolismo entre sociedad y naturaleza está determinado por la producción de mercancías rentables. Por eso, el trabajo, los cuidados y la naturaleza están sujetos al ciclo de producción y reproducción del capital.

Esta es la causa de una brecha metabólica entre campo/ciudad, producción/consumo y naturaleza/sociedad generada por la producción en masa para el mercado mundial, la enfermedad del transporte, la tecnología en manos de las multinacionales y la industrialización de los alimentos. El resultado es un atentado a la vida, la vitalidad y la fertilidad de la tierra.

La huella ecológica de la economía de mercado expresa la diferencia entre la esquilmación de los recursos naturales de los ecosistemas y la capacidad de éstos para regenerarse. La noción de brecha metabólica incorpora el modo de producción, distribución y consumo de la sociedad, sus instrumentos de poder y sus valores. No hay huella ecológica fuera de un contexto socioeconómico y político determinado.

Una sociedad sostenible, justa y segura, no surgirá ni del capitalismo ecológico ni de un gobierno popular de ciudadanos consumistas.

A.M

Economía, sociedad y naturaleza

Chi Kung terapeútico. Salud física y mental

El Chi Kung es una disciplina energética milenaria nacida en China que utiliza el movimiento, la respiración y la concentración de manera sincronizada en gestos y posturas. Comparte con el yoga la defensa de la salud y el desarrollo de algunos potenciales humanos.

Mediante movimientos suaves y relajados, bien coordinados con la respiración, nos permite recuperar, mantener y mejorar nuestra salud, tanto física como mental. La gimnasia terapeútica china puede ser practicada por cualquier persona, independientemente de su edad. Sólo es preciso ropa cómoda y disposición para experimentar la sensación que el desbloqueo del Chi (energía vital) produce sobre nosotras.

Pueden clasificarse las distintas escuelas de Chi Kung según el objetivo hacia el que se orienta su práctica: Chi Kung espiritual (vinculado al budismo, al taoísmo y al confucionismo), Chi Kung marcial y Chi Kung terapeútico. Atendiendo a este último tipo, debe considerarse que el Chi Kung no es un deporte. Su verdadera meta es la energía y la percepción de su circulación en el interior del cuerpo, no el fortalecimiento del sistema músculoesquelético. De ahí se deriva su actividad terapéutica, pudiendo corregir desequilibrios energéticos y sanar a través del gesto.

¿sabias que...?

Etimológicamente Chi (energía vital) Kung (manejo, trabajo) significa "entrenamiento, dominio o trabajo de la energía". Puede definirse como "el arte y habilidad para mover el Qi, el soplo de vida".

Considerado en la cultura china como un hábito de higiene cotidiana, supera ampliamente la dimensión corporal. Es el arte de utilizar, intercambiar y compartir nuestras energías internas con las de la naturaleza, sintonizándonos con ella.

En la práctica del Chi Kung se ejecutan una serie de movimientos con los brazos y las piernas, como en una danza. Movimientos de apertura y cierre, de subida y bajada, de lazos y arabescos. Los dedos dibujan el gesto como plumas que acarician el aire. Mientras se ejecutan estos movimientos sincronizados con la respiración, se realiza una visualización relajada y concentrada que nos ayuda a conectar cuerpo y mente.

La práctica habitual de esta disciplina fortalece la salud, previene las enfermedades y retrasa el envejecimiento; ayuda a limpiar el cuerpo de toxinas, restablece la energía, reduce la ansiedad y el estrés y contribuye a un estilo de vida saludable y activo. Regula la circulación de la energía y calma las agitaciones de la mente. Determinados movimientos, ejecutados de manera específica, provocan la variación de diversos parámetros del sistema inmunológico, cardiaco o digestivo.

Poco a poco, el practicante logra poner una distancia entre sí mismo y sus emociones y pensamientos. La concentración durante el movimiento genera sosiego y relaja la mente, alejando el aburrimiento que la inmovilidad produce. Es un verdadero entrenamiento físico, mental y emocional.

El Chi Kung constituye una herramienta de bienestar que nos hace menos sensibles al estrés físico y emocional. Nos enseña a mantenernos conscientes de lo que ocurre en nuestro cuerpo, sea cual sea el grado de actividad, para aportar una respuesta más adecuada a cada situación y desarrollar nuestro propio arte de vivir y de comunicar.

sigue

Taller de Chi Kung

El sábado 24 de agosto, nuestra compañera Araceli impartió un taller de Chi Kung de una hora y media de duración. En él se realizó un amplio y suave calentamiento y ejercicios especialmente indicados para la estación en la que nos encontramos, finalizando la sesión con una meditación sencilla.

Araceli Borbolla

Movimientos sociales

Jornada de Lucha en Defensa de los Convenios Colectivos

A un año de la inauguración de movilizaciones en el sector de las Administraciones Públicas, CCOO y UGT convocaron el 25 de julio de 2013 una Concentración de empleadas y empleados públicos madrileños en la Puerta del Sol de 12:00 a 14:00h bajo el lema "El Gobierno Regional nos deja sin convenio colectivo y nos quiere silenciar". El sindicato CSIT-UP, tercer sindicato firmante del Convenio Colectivo para el Personal Laboral de la CAM se sumaba bajo el lema "Sin Convenio Sin Derechos". A la concentración de Sol acudieron cerca de 250 trabajador@s pertenecientes a cinco sindicatos (CC.OO, UGT, CSIT_UP, CSIF y SATSE), la mayoría liberad@s, delegad@s o miembros de Comités de Empresa.

La imposición de la administración de la Comunidad de Madrid en aplicación de la disposición transitoria 4ª de Ley 3/2012 de 6 de julio de medidas urgentes para la reforma del mercado laboral, ha hecho que, tanto el Personal Laboral de la Comunidad de Madrid como otros colectivos de Trabajadores del sector privado, perdieran la vigencia de sus Convenios Colectivos con efectos de 8 de julio de 2013.

Los sindicatos mayoritarios firmantes del Convenio Colectivo utilizan la estrategia de movilizar para posteriormente exigir diálogo y negociación. La Administración Regional ha dejado de considerar a los sindicatos interlocutores necesarios negándose a negociar absolutamente nada. CC.OO y UGT presentaron el pasado 11 de julio demanda de Conflicto Colectivo contra la interpretación que realiza la CAM sobre la ultractividad del Convenio Colectivo. Posteriormente, las organizaciones sindicales firmantes del convenio presentaron demanda ante el Tribunal Superior de Justicia de Madrid, pidiendo la suspensión cautelar de la resolución de 9 de julio de la dirección General de la Función Pública, con el fin de paralizar cualquier acto de la Administración contra la vigencia del convenio hasta que exista sentencia al respecto. El 24 de julio la resolución de la Sala de lo social del TSJM resolvió positivamente adoptando medidas cautelares, con lo que se mantiene la vigencia del convenio hasta la resolución del juicio interpuesto en Conflicto Colectivo.

La Asamblea de Trabajadores/as de los Servicios Sociales Públicos de la CAM, integrada en la Marea Naranja de Madrid, que desde junio esperaba que los sindicatos convocaran movilizaciones en defensa de los Convenios Colectivos, viendo que la convocatoria de concentración en Sol era por la mañana, se sumó junto a trabajadores/as del turno de mañana a todas las reivindicaciones de esa jornada de lucha con el lema "Y por la tarde también, por la defensa del Convenio Colectivo", convocando una Concentración en la Consejería de Asuntos Sociales de la CAM a las 18:00h, seguida de una Manifestación de Cibeles a Sol a las 20:00h con el fin de que se pudieran sumar muchos más trabajadoras/es, además de usuari@s y ciudadan@s.

A la Concentración ante la Consejería de Asuntos Sociales de la CAM, acudieron cerca de 60 personas, la mayoría mujeres, entre l@s que se incluían representantes de los siguientes colectivos: Asamblea de Intervención Social en Lucha (ISEL), Plataforma en Defensa de la Discapacidad,

Trabajadoras del Instituto de Realojamiento e Integración Social (IRIS), Asamblea de Trabajadores/as de los Servicios Sociales Públicos de la CAM, trabajadores/as de centros pertenecientes a centros públicos del sector de servicios sociales de la CAM... Mediante cánticos de trabajadoras armadas con megáfono, carteles, peinetas, globos, pancartas, banderas, complementos, incluso un ataúd que simbolizaba la muerte de los Convenios y la Negociación Colectiva, se mostró el trabajo organizativo y cooperativo que fue cualitativamente muy significativo.

Desde allí, caminando hacia la Plaza de Cibeles por la calle O´Donnell, el Parque del Retiro y la Calle Alcalá, se fue informando a l@s ciudadan@s sobre el porqué de la jornada de movilizaciones, mediante entrega de octavillas informativas con los motivos de la movilización, además de visibilizar a la Marea Naranja que representa a los Servicios Sociales.

En la Manifestación convocada desde la Plaza de Cibeles a la Puerta del Sol participó la "Orquesta y Coro Solfónica" y unas 40 personas más. El recorrido fue colorido y ameno gracias a varias dinamizadoras. Al llegar a la Puerta del Sol la Orquesta y Coro Solfónica nos deleitó con varios de sus temas que fueron cantados por todos. Tras la lectura del manifiesto se dio por finalizado el acto tras un gran aplauso colectivo.

Como reflexión, nos hacemos una pregunta, ¿qué significa que cinco sindicatos con implantación en Madrid y a nivel nacional, convoquen una concentración de dos horas por la mañana reuniendo a 250 trabajadoras/es y que un pequeño colectivo convoque concentración y manifestación esa misma tarde, a la que acuden de forma digna y combativa únicamente tres veces menos que a las convocatorias de dichas grandes organizaciones sindicales a las que much@s de nosotr@s pertenecemos? Hacemos un llamamiento a tod@s aquell@s colectivos, trabajadores/as y usuari@s del sector de la Intervención Social a unirse a la Marea Naranja de Madrid.

Verónica González
Agosto 2013
Asamblea de Trabajadores/as de los Servicios Sociales Públicos de la CAM

Movimientos sociales

LA PAH fuerza la presentación del Recurso de Inconstitucionalidad de Ley de la vergüenza y denuncia el oportunismo del Partido de Rubalcaba

15 de agosto de 2013

La PAH vuelve a denunciar la vulneración sistemática de los Derechos Humanos (DD.HH.) en tema de vivienda con el Recurso de Inconstitucionalidad a la Ley 1/2013 de 14 de Mayo y pone de manifiesto los déficits democráticos y de participación ciudadana que también denunciamos con la tramitación de la ILP. Este recurso cuenta con los avales de 24 diputados y "lamentamos" que el PSOE vuelva a intentar apropiarse de esta iniciativa y no apoye a la sociedad civil para presentarlo. Pese a esta actitud lamentable, reclamamos que el TC declare la inconstitucionalidad de la Ley 1/2013 por violación de derechos fundamentales.

Y comunica:

1 Ante el anuncio del PSOE de la presentación del recurso de inconstitucionalidad a la Ley de la vergüenza 1/2013 de 14 de Mayo, y que la Plataforma de Afectados por la Hipoteca le solicitó que avalase, (al igual que al resto de partidos de la oposición), consideramos una victoria haber forzado al principal partido de la oposición a un cambio de posición y al reconocimiento de la situación de "estafa política" que la tramitación de la ILP por parte de la mayoría parlamentaria del gobierno del Partido Popular ha supuesto para la ciudadanía.

Que entendemos la presentación de recurso de inconstitucionalidad como una victoria de la PAH y del conjunto del movimiento por el derecho a la vivienda contra la exclusión y en defensa de los derechos humanos. No estaba previsto el recurso de inconstitucionalidad, una vez que la sociedad civil ha traspasado los límites establecidos y ante la violación de derechos fundamentales que supone la Ley de la vergüenza 1/2013, ha conseguido forzar su presentación. La PAH con su equipo jurídico y sus luchador@s sociales ha vuelto a poner en jaque al status quo y ha conseguido que ocurra lo imprevisto. Que la Ley ilegítima, inconstitucional que salió mediante una estafa al derecho de la ciudadanía de presentar leyes y a la ILP avalada por más de 1.400.000 firmas, sea cuestionada de nuevo.

La presente Ley 1/2013 que se recurre no ha venido a solucionar ningún problema de vulneración sistemática de Derechos Humanos, Constitucionales y Comunitarios, que era lo que la Iniciativa Legislativa Popular, ILP que la PAH presentó en el Congreso de los Diputados quería conseguir.

Aunque es una victoria de la PAH y del conjunto del movimiento por el derecho a la vivienda contra la exclusión y en defensa de los derechos humanos, recordamos que hay cientos de miles de Ejecuciones Hipotecarias realizadas de espaldas a los Derechos Humanos, al Derecho a una Vivienda Digna, y a la Ley Comunitaria, y por lo tanto ilegales, según lo dictaminado por el Tribunal de la Unión Europea en sentencia 14 de Marzo y que en ningún caso se ha resuelto, ni se podrán restituir los derechos infringidos. Es por lo que seguimos exigiendo el cese inmediato de todo desalojo forzoso de familias vulnerables en todo el territorio español.

La PAH se ha vuelto a colocar como la impulsora al señalar el problema y proponer las soluciones a problemas jurídicos y sociales creados por los gobiernos del PP y el PSOE en 35 años de alternancia política en materia de vivienda y derechos sociales recogidos en nuestra Constitución de 1978 y que ninguno de los dos partidos llamados mayoritarios han desarrollado, modificado, ni adecuado a las diferentes situaciones socio-políticas del país.

2 La elaboración del recurso de inconstitucionalidad por parte de la PAH ha puesto de manifiesto el déficit democrático que existe, porque muestra que es incomprensible que en una sociedad que pretende llamarse democrática no se permita a los agentes y actores de la sociedad civil y los movimientos sociales en defensa de los derechos humanos presentar recursos de inconstitucionalidad frente a normas que violan derechos fundamentales incluso ante la pasividad de los actores que si deberían promoverlos.

3 Ante la iniciativa de presentación del recurso de inconstitucionalidad de la PAH y la petición de apoyos y avales para su presentación a los sujetos legitimados para hacerlo, queremos además manifestar como muy grave que La Defensoría del Pueblo a fecha de hoy no se ha posicionado incumpliendo la obligación de defensa de los derechos fundamentales de la ciudadanía.

Hasta la fecha hemos conseguido 24 avales de diputados para la presentación del recurso correspondientes al Grupo Izquierda Plural (IU, ICV y CHA) Grupo mixto (Compromis, Amaiur, ERC, Geroa Bai y BNG). Las formaciones políticas PNV, UPyD, CIU,FAC y CC no se han pronunciado haciendo oídos sordos a la llamada de la sociedad civil.

4 Lamentamos por último que el PSOE no haya tenido la capacidad política de permitir que la sociedad civil lleve a cabo la acción procesal excluyendo del recurso de inconstitucionalidad a la parte que lo impulsa, lo inicia y para la que ha supuesto un trabajo jurídico de enorme envergadura.

Entendemos que los intereses partidistas de una forma obsoleta de hacer política no pueden seguir imperando. El PSOE con esta forma de actuar demuestra que no entiende las formas éticas y honestas de estar en política y refuerza más el distanciamiento de los ciudadanos con algunos partidos políticos.

El movimiento ha tenido la inteligencia y la tenacidad para unir a mucha gente al margen de los partidos, sobre todo al margen de los partidos responsables de la burbuja inmobiliaria y que han negado el derecho a la vivienda. La PAH ha conseguido realizar el Recurso de Inconstitucionalidad cuando nadie creía que fuera posible.

Constatamos que nos acabamos de topar con sus viejas instituciones y sus miserias electorales. La misma fuerza institucional que le ha llevado al PSOE a ser cómplice de la burbuja y privación del derecho a la vivienda, la ha aprovechado ahora para la manipulación de un Recurso que no le pertenece. Solicitábamos cincuenta avales de la iniciativa, pero algunos no quieren trabajar con los movimientos sociales, sino que los movimientos sociales trabajen para ellos.

Aun así, la Plataforma de Afectados por la Hipoteca reclama que el TC declare la ilegitimidad de la Ley 1/2013 de 14 de Mayo y paralice cualquier procedimiento judicial hasta resolver la inconstitucionalidad de la Ley que vulnera los tratados firmados por este país sobre DD.HH.

MIEMBR@S DE LA PAH JUNTO A SU PORTAVOZ, ADA COLAU , CON EL RECURSO DE INSCONTITUCIONALIDAD DE LA LEY ANTE EL EDIFICIO DEL TRIBUNAL CONSTITUCIONAL.

Fuente: http://afectadosporlahipotecamadrid.net/2013/08/15/la-pah-fuerza-la-presentacion-del-recurso-de-inconstitucionalidad-de-ley-de-la-verguenza-y-denuncia-el-oportunismo-del-partido-de-rubalcaba/

sigue

Movimientos sociales

Crisis ecológica, alimentaria y democrática

El pasado 6 de Julio, el Frente Cívico "Somos Mayoría" reunía en Rivas un Foro Social estatal. A estas jornadas invitaron a La Garbancita Ecológica, para hacerse cargo de una ponencia sobre Crisis Ecológica, Alimentaria y Democrática. En la Garbancita Ecológica consideramos la alimentación como un derecho social y humano y apostamos por la responsabilidad compartida entre agricultores y consumidores. Por eso compartimos la ponencia con Julián Ruiz de Esencia Rural, uno de los agricultores ecológicos participantes en la cooperativa.

Julián expresó la necesidad de una agricultura natural que abandone los productos químicos, recupere las variedades tradicionales y las formas de conservar los alimentos que forman parte de nuestra cultura. Construir la soberanía alimentaria no es pasar a una agricultura ecológica para la exportación, sino para la población cercana. Apoya a la Garbancita en la construcción de mercados locales de alimentos ecológicos y consumidores conscientes. Produce frutas y verduras saludables, elabora vino de fermentación natural, selecciona y extrae lo mejor de las plantas aromáticas y, recientemente, produce un ajo fermentado local (ajo negro) con una técnica japonesa que multiplica las propiedades organolépticas y antioxidantes de este bulbo.

En La Garbancita consideramos la alimentación como un derecho recogido en el Pacto Internacional de Derechos Económicos sociales y Culturales DESC (art. 11 parr.1 y parr. 2) que debe ser protegido como un derecho fundamental.

Sin embargo, al igual que pasa con otros derechos como la vivienda, el gobierno dicta políticas a favor de las empresas que obtienen grandes beneficios vendiendo alimentos cargados de químicos y transgénicos que nos enferman. Dejan en manos del mercado la producción y distribución de alimentos.

Vivimos una crisis económica, pero también ecológica, alimentaria y democrática. Según el informe "Estado Mundial de la Agricultura y la Alimentación" 2013 emitido por la FAO (Organización de Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) en los países empobrecidos 870 millones de personas pasan hambre y 2000 millones deficiencias nutricionales, fruto de la escasez de alimentos. En los países ricos 500 millones de personas son obesas y 1400 millones padecen sobrepeso junto con otras enfermedades (cáncer, cardiopatías, enfermedades autoinmunes), fruto del exceso y la toxicidad de su alimentación. Hambre, obesidad y enfermedades alimentarias son las dos caras de la inseguridad alimentaria en las economías de mercado. Con la crisis, un número creciente de niños y niñas pasan hambre en los países ricos. Este verano se han habilitado programas educativos en escuelas andaluzas y canarias para garantizar una comida al día a los hijos de familias pobres.

El capitalismo ha desarrollado la industrialización, mercantilización y globalización de la producción y el consumo de los alimentos. Las corporaciones del negocio alimentario controlan los alimentos que se producen en función del beneficio, imponen los precios a los agricultores, privatizan las tierras cultivables, el agua y las semillas a la vez que empobrecen el suelo con los agrotóxicos, degradan la fertilidad de la tierra y las semillas, realizan una recolección temprana que resta nutrientes a los alimentos que, distribuidos a escala planetaria, pierden la poca vitalidad que les queda. Expulsan de sus tierras a millones de campesinos, víctimas de la industrialización de la agricultura que engrosan las bolsas de pobreza de las ciudades; degradan el oficio campesino convirtiendo a los supervivientes en empresarios que producen mercancías agrarias plegados a las directrices del mercado y de las sub-

venciones. Treinta años de Política Agraria Común (PAC) en nuestro país son un buen ejemplo de este proceso.

La agricultura ecológica se abre paso en los últimos tiempos por el crecimiento de la inseguridad alimentaria, también en los países ricos. Sin embargo, avanza por los mismos canales de distribución y con los mismos vicios que la agricultura industrial de la que quiere diferenciarse. España, principal país europeo y quinto mundial en producción ecológica, no tiene consumo domestico que demande dicha producción lo que explica que el 90% del rápido crecimiento de alimentos ecológicos vaya a los mercados internacionales.

La apuesta por una alimentación sana y suficiente para todas las personas y todos los pueblos exige presentar batalla a la agricultura industrial y a su distribución global. Pero, sobre todo, a la incultura alimentaria impuesta por la publicidad de las multinacionales alimentarias haciéndonos desear su comida basura. La agroecología requiere una comercialización en circuitos cortos. Los consumidores responsables debemos construir esos mercados locales como expresión política participativa frente a la inseguridad alimentaria, poniendo la educación alimentaria en el puesto de mando y construyendo una logística propia al margen de la gran distribución, mano a mano con los agricultores desde los principios de la economía social y cooperativa.

Los movimientos sociales no pueden permanece ajenos a esta tarea. Las formas de comer son tan políticas como las formas de trabajar. Los Grupos Autogestionados de consumo (GAKs) empezamos en 1996 y en 2007 creamos una cooperativa de consumo responsable sin ánimo de lucro, La Garbancita Ecológica.

A ese taller asistieron unas 50 personas. Había sensibilidad por las cuestiones de la propiedad de la tierra, los derechos de las personas jornaleras e inmigrantes y por los transgénicos pero, también, algunas dificultades para comprender que la alimentación es una cuestión social y no un asunto privado que aborda cada familia y cada persona en solitario.

Pilar Galindo

sigue

2013

Numero 40

La Plataforma de Afectados por la Hipoteca (PAH), desde dentro de los movimientos sociales, ha hecho visible el expolio que la banca, con la complicidad de los poderes públicos, ha perpetrado contra el derecho a una vivienda digna de millones de familias trabajadoras autóctonas e inmigrantes. Clausulas abusivas, tasaciones manipuladas, despojo de la casa, los ahorros y la dignidad mediante procedimientos injustos e ilegales han promovido una movilización popular que, a través de una Iniciativa Legislativa Popular, ha recogido un millón cuatrocientas mil firmas a favor de la interrupción de los desahucios, la dación en pago y el alquiler social.

El PP, con su mayoría parlamentaria, ha impuesto una ley que ha desconsiderado estas peticiones. Contra esta ley, la PAH ha elaborado un Recurso de Inconstitucionalidad con sus propios medios. Dado que hacen falta 50 parlamentarios para presentar el recurso, el PSOE se ha apoderado de este recurso, eliminando la introducción, manteniendo los 6 motivos de inconstitucionalidad y añadiendo otros 3. El partido de gobierno corresponsable de la burbuja inmobiliaria y una ley hipotecaria calificada de ilegal por la Unión Europea, utiliza, una vez más a los movimientos sociales como maquillaje social y democrático. Ver Recurso de Inconstitucionalidad de la PAH http://www.caesasociacion.org/RecursoinconstitucionalidadPAH.pdf

La garbancita ECOLÓGICA